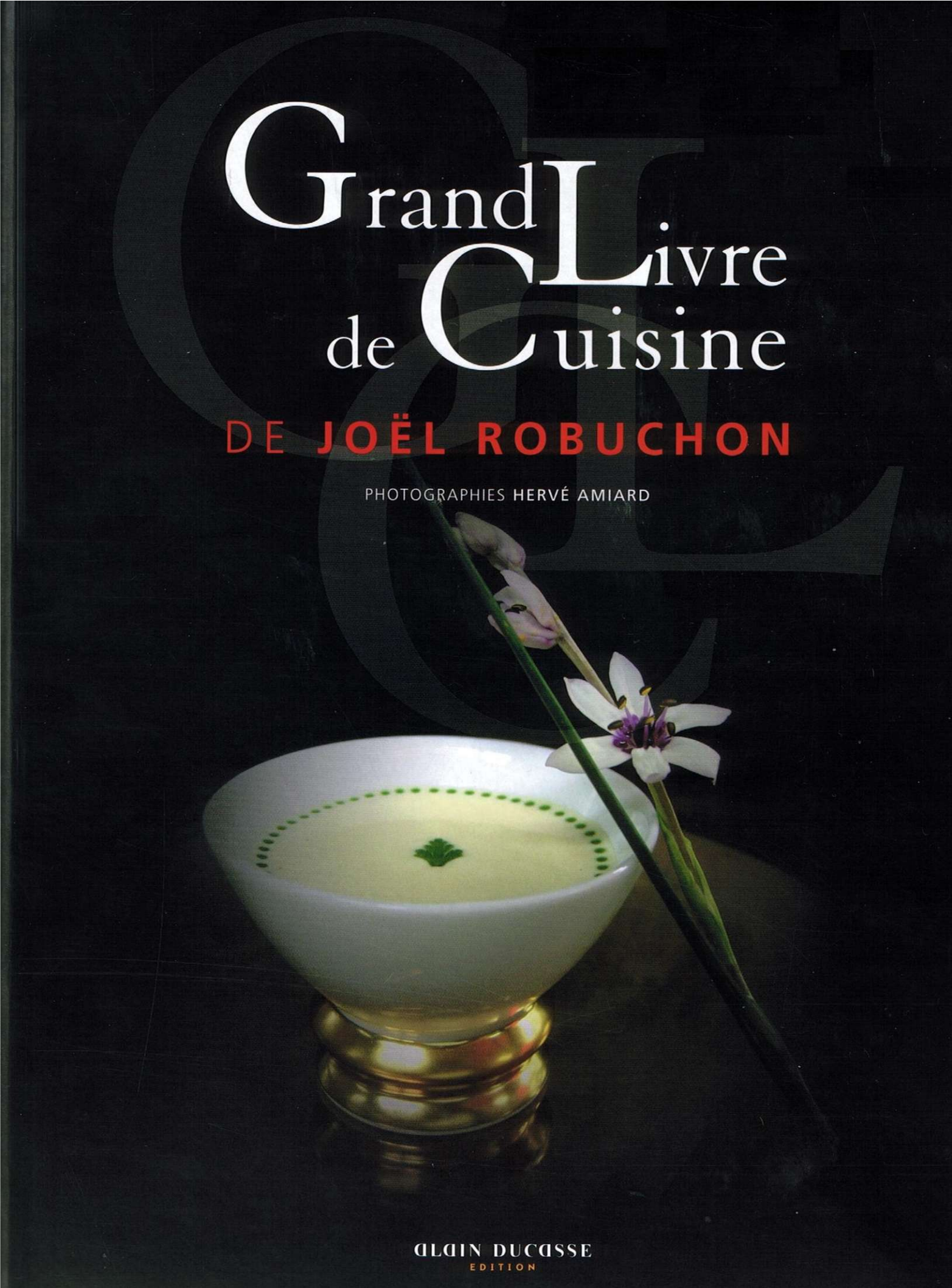
# Grand Livre de Cuisine

## DE JOËL ROBUCHON

PHOTOGRAPHIES HERVÉ AMIARD



ALAIN DUCASSE
EDITION

Ce livre est un événement : Joël Robuchon y livre la substance de son savoir-faire, accumulé depuis près d'un demi-siècle. Une première version de cet ouvrage est parue en japonais au début des années 90, sous forme d'une collection en cinq tomes. La barrière de la langue a évidemment beaucoup limité la diffusion de ce travail. Joël a accepté de le reprendre, de réécrire les textes des recettes et de l'actualiser.

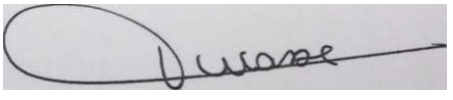
L'importance de l'ouvrage tient évidemment à son auteur. Joël a reçu au cours de sa longue carrière une quantité impressionnante de distinctions personnelles et professionnelles, sans jamais rien perdre de son flegme et de sa modestie. Il faut le dire, au risque de répéter ce que chacun sait : Joël est sans doute l'un des plus grands cuisiniers français contemporains. Mais jusqu'à présent, cet immense personnage de la scène gastronomique mondiale avait plutôt écrit des ouvrages pour le grand public. Curieusement, il n'avait jamais déposé son savoir-faire technique dans un livre en français destinés aux professionnels et aux amateurs avertis.

C'est chose faite avec ce *Grand Livre de Cuisine.* Voici donc la somme de l'expérience de Joël, la quintessence de son talent. On y retrouvera toutes les grandes recettes créées au fil du temps dans ses établissements, présentées, illustrées et commentées pas-à-pas. La technique est impeccable, évidemment, et le souci du dressage aussi méticuleux que celui de la préparation. On y trouvera surtout, en filigrane, une vision de la cuisine française de grande tradition : une cuisine du produit, très pure, très « propre » comme il aime à le dire.

Ce livre revêt aussi pour moi une importance particulière car c'est le témoin d'une époque : Joël a évoqué l'idée de ce livre au moment où je prenais sa succession au restaurant de l'hôtel Le Parc, 59 avenue Raymond Poincaré à Paris. Joël, à l'époque, avait déclaré qu'il prenait sa retraite — nous savons tous ce qu'il en est advenu — et m'avait confié, en souriant, qu'il aurait ainsi du temps pour écrire ses mémoires. Nous étions alors en été 1996. On verra dans les pages qui suivent qu'il savait beaucoup et on comprendra qu'il ait mis un peu de temps à tout coucher sur le papier...

Ce livre s'inscrit dans la série des cinq Grands livres de cuisine que j'ai commencé à écrire à partir de la fin de l'année 1999. Il m'a semblé indispensable en effet d'accueillir la contribution de Joël dans le même esprit: la transmission du savoir. C'est une mission cruciale du cuisinier d'aujourd'hui que de partager son savoir et de le mettre à la disposition de tous. Ce *Grand livre de cuisine de Joël Robuchon* apporte sa contribution. Elle est essentielle à la connaissance du patrimoine de la cuisine française. Elle est essentielle pour comprendre son histoire récente et son potentiel pour le futur.

*Alain Ducasse*



# E N T R É E S

## Les entrées - Les amuse-gueules

Bâtonnets aux pétoncles

Marinière de pétoncles

Ecrevisses au potiron

Mini brochettes de poissons

Brochettes de poulet au curry

Gougères

## Crèmes, potages et soupes

Crème d'huîtres aux pointes d'asperge verte

Petite crème aux oursins et fenouil

Crème au potiron

Crème légère de haricots cocos au lard

Soupe de fèves à la sarriette

Soupe chaude de foie gras à la gelée de poule

Soupe de légumes, foie gras et truffe

Consommé aux pleurotes, langoustines et Saint-Jacques

## Entrées froides et salades

Fondant de chou-fleur

Fondant de poivron rouge

Fondant épicé au curry d'aubergine Mont-Carmel

Champignons, petits légumes et raisins marinés à la coriandre

Etuvée de petites endives laurier coriandre

Œuf mollet et crème de céleri au fumet de truffe en gelée

Millefeuille de tomate au crabe

Gelée de caviar à la crème de chou-fleur

Frivolité de saumon au caviar

Croustillant de pomme de terre au saumon frais

Queues d'écrevisse pattes rouges en crème glacée

Marinière de langoustines de petite pêche aux aromates

Crème coralline en gelée de homard vinaigrette

Salade de crevettes en boléro

Salade de noix de Saint-Jacques aux girolles et caviar

Salade maraîchère aux truffes

Salade de mâche, pommes de terre et truffes

Salade de pommes de terre et truffes à la croque au sel

## Entrées chaudes

Tarte friande aux tomates, poivrons et basilic

Tarte friande de truffe aux oignons et lard fumé

Etuvée de morilles au foie gras

Etuvée de Saint-Jacques à la fleur de sel, salade de truffe à la vinaigrette au céleri

Zéphyr de céleri et truffe

Marinière de fins coquillages à la fleur de thym

Mille chou aux jeunes légumes

# POISSONS & CRUSTACÉS

## Crustacés et coquillages

Rouelles de homard à la vapeur aux herbes en civet

Étuvée de homard aux morilles et asperges

Rouelles de homard meunière aux épices

Langouste aux épices rôtie au romarin, penne aux truffes

Nage de langouste aux aromates

Turban de langoustines en spaghetti

Fricassée tiède de langoustines aux courgettes

Ravioli de langoustines aux truffes

Araignée de mer épicée aux aromates

Noix de Saint-Jacques à la quiberonnaise

Etuvée de noix de Saint-Jacques au caviar

Medley d'huîtres et Saint-Jacques au caviar

## Poissons

Blanc de bar à la fleur de sel aux navets verjutés

Fantaisie de bar au caviar

Bohémienne de filets de rouget au thym

Rougets aux pommes de terre grillées et basilic

Tronçon de turbot acidulé aux jeunes poireaux

Turbot au céleri et truffes

Dos de turbot grillé poivre olive

Saint-pierre au plat dans son jus aux arômes de Provence

Dos de saint-pierre persillé au gingembre

Rosettes de truite de mer cuites en peau

Saumon rôti en peau mi-cuit à l'huile vierge

Morue fraîche poêlée aux aromates

Cuisses de grenouille à la crème de persil aux échalotes

# VIANDES & LÉGUMES

## Viandes, abats et gibiers

Rôti d'agneau aux herbes en croûte de sel

Tourtière d'agneau aux aubergines, courgettes et tomates

Selle d'agneau de lait rôtie avec ses rognons, légumes grillés

Côte de veau poêlée aux champignons et asperges

Lard en pot-au-feu à l'embeurrée truffée

Mignonnettes de chevreuil poêlées à l'aigre-doux

Ris de veau truffé aux asperges

## Volailles et Lapin

Canette rôtie aux fines épices et navets au foie gras

Pigeon rôti aux morilles et aux asperges

Suprême de pigeon au chou et foie gras

Pigeonneau cuit à la broche, cardons au jus, pommes paille

Pintade fermière et foie gras rôtis, pommes de terre confites au jus

Gratin de macaroni aux truffes, céleri et foie gras

Escalope chaude de foie gras, carottes confites au miel et poivrons étuvés au xérès

Foie gras de canard grillé aux lentilles pimentées

Épaule et foie de lapin aux fèves

## Légumes et garnitures

Marrons confits aux petits oignons, fenouil et noix

Printanière de légumes

Salade pastorale aux herbes

Carottes fondantes au cumin

Petits navets nouveaux étuvés au jus

Étuvée de morilles et asperges au cerfeuil

# DESSERTS

## Desserts froids


Crème caramélisée à la cassonade

Crème glacée à la vanille

Crème glacée au yaourt, coulis de mûres, pain de Gênes

Soupe de fruits au vin rouge et à la menthe

Savarin glacé au kirsch

Feuillantine au chocolat et à la cannelle

Fondant au chocolat aux griottes


## Desserts chauds


Croquant aux poires à l'anis

Poire caramélisée au miel crémeux

Turban de pommes à la cannelle

Chaud-froid de pomme à la pistache

Tarte aux pommes croustillante et raisins noirs

Feuillantine glacée au lait d'amande et aux pommes confites

Fondant tiède au chocolat, crème glacée au caramel

Palet et sorbet au chocolat, sauce café

Ananas caramélisé au beurre de vanille

Gratin de fruits frais

Crêpes soufflées au citron vert


## Pâtisseries


Clafoutis de poires au miel

Petites madeleines au miel

Millefeuille au chocolat

Truffes au chocolat

Pavé fondant au chocolat, sauce pistache

Tarte au chocolat fondant

Tarte au citron

Croustillant aux noix


# ANNEXES


Recettes de base

Glossaire

Guide des ingrédients

Index des produits

Index des recettes

Carnet d'adresses de Joël Robuchon

**- Aimiez-vous faire la cuisine quand vous étiez enfant ? Est-ce que cela vous intéressait ?**

JR : Non, cela ne m'intéressait pas vraiment de cuisiner. Mais j'adorais manger ! Ce que je préférais, c'était la viande rouge : poêlée, grillée, rôtie... Ah ! oui, je me souviens : le steak haché, j'en raffolais. Ma mère s'était inquiétée de cette passion pour la viande. Elle m'avait emmené chez le médecin. On m'a répété que le médecin lui avait dit de me laisser en manger autant que je voulais, que je finirais bien par me lasser, mais aujourd'hui encore, cela ne m'est pas passé. J'adore le bœuf de Kôbe par exemple. Il faut dire que l'un des amis de mon père tenait une boucherie. A la maison, nous mangions donc une viande de très bonne qualité. Dans ma ville natale, il y a une très bonne race bovine, elle s'appelle la Parthenay.

**- Comment êtes-vous entré dans le monde de la gastronomie ?**

JR : A 12 ans, je suis entré au séminaire. Je me destinais à devenir prêtre dans l'église catholique. La vie au séminaire était très stricte, on se lève tôt pour la prière et on travaille jusqu'à tard le soir. A l'école, je voulais absolument être premier de la classe en latin. Tout petit, j'avais déjà un certain goût pour la compétition, je voulais être le meilleur. Il fallait à tout prix que je gagne. L'atmosphère dans laquelle j'étais plongé ne me laissait pas le loisir de me détendre. Ce n'était qu'au moment du repas que je goûtais à un moment de plaisir. À 15 ans, pour des raisons familiales, j'ai dû interrompre mes études, quitter le séminaire pour trouver du travail. A cette époque, la nourriture, la cuisine me procuraient un grand réconfort. C'est ainsi que je suis entré en tant qu'apprenti dans un restaurant qui s'appelait le Relais de Poitiers.

**- Enfant, étiez-vous habile de vos mains ?**

JR : Je ne pense pas. Je ne l'étais pas particulièrement. Mais comme mon père était plâtrier, quand j'étais enfant, je jouais avec des briques et des chutes de planches de bois. J'ai grandi en observant autour de moi des personnes qui faisaient un travail manuel. Cela a dû m'influencer.

**- Après vous être engagé dans le monde de la cuisine, vous vous êtes souvent présenté** à **des concours...**

JR : C'est tout simplement parce que, là où je travaillais, j'étais entouré de personnes qui se présentaient à des concours pour mettre leur talent à l'épreuve. Cela a eu sur moi une influence déterminante. En observant ces personnes, j'ai commencé à envisager de me présenter moi aussi à des concours. Cela a développé mon goût de la compétition.

**- Quel est le concours qui vous a le plus marqué ?**

JR : C'est celui du Meilleur Ouvrier de France. C'était en 1976 et j'avais 31 ans.

**- Un grand artisan, un grand cuisinier, comment définiriez-vous cela ?**

JR : Un grand cuisinier,-c'est une personne qui réussit à exprimer avec ses mains ce qu'elle a imaginé dans sa tête. Cela signifie que les mains sont des outils au service de la tête. La cuisine, on la fait avec les mains, cela requiert donc de l'adresse. Mais on a beau avoir de bonnes mains, si on n'a pas une bonne tête, on ne peut pas devenir un grand cuisinier... A l'inverse, on peut être intelligent mais ne pas être habile de ses mains. Un grand cuisinier, c'est vraiment la tête et les mains.

**- Un grand cuisinier n'est pas forcément un grand chef. Qu'est-ce qu'un grand chef selon vous ?**

JR : Un grand chef, c'est une personne qui sait exprimer sa pensée à travers d'autres personnes, en les faisant agir à sa place. Mais faire travailler d'autres personnes est loin être évident. Quand on est seul, on fait soi-même les choses à son idéej,Mais quand il s'agit d'autres personnes, on ne sait pas ce qu'elles ressentent. En cuisine, il y a un trop grand nombre de tâches à accomplir pour tout faire soi même. Et puis, il y aussi une limite au fait de travailler seul au sens où, à force de vous observer, les gens peuvent très bien imiter ce que vous faites. Ouvrir un restaurant et avoir sa clientèle, ce qui rend cela possible, c'est le nombre de personnes. Viser les trois étoiles Michelin, tout seul, ce n'est pas possible. Il faut s'entourer de gens.
Pour cela, il faut être très exigeant, sans complaisance envers soi-même. Bien sûr, on ne se montre pas plus complaisant avec les autres. Il faut toujours se poser en modèle, mettre ce qu'on dit en pratique. C'est important. Être chef, c'est une sévérité de chaque instant envers soi-même.

**- Qu'est-ce qui est le plus important en cuisine ?**

JR : Ce sont les ingrédients. Si on trouve de bons produits, concevoir de nouvelles recettes n'est pas si difficile. Mais dénicher de bons produits, c'est toute une affaire.

**- En France, est-il à ce point rare de trouver de bons produits ?**

JR : Les restaurants de haut niveau rivalisent par la qualité de leur cuisine. Pour l'améliorer, il faut toujours que nous cherchions à avoir de meilleurs produits que nos concurrents.

**- Comment procède-t-on pour trouver de bons produits ?**

JR : Les ingrédients de la meilleure qualité, on ne les trouve pas sur le marché. Il faut être aux aguets, attentif aux rumeurs, puis vérifier l'information. Je vous donne l'exemple de Monsieur Fabre qui me fournissait en viande de veau au temps du Restaurant Joël Robuchon. Un jour, un ami du nom de Manillac, originaire d'Aurillac, comme Monsieur Fabre, m'a apporté au restaurant une superbe pièce de viande. Je l'ai observée, goûtée, et tout était à ravir. Je lui ai donc demandé de me présenter à Monsieur Fabre. Quant à Monsieur François Galène, mon négociant en poisson, j'en ai entendu parler lors d'un de mes séjours en Bretagne, à Concarneau où je me rends fréquemment. Je suis donc allé le voir. Il avait une telle passion pour le poisson, que je me dis : « Avec lui, je ne me trompe pas ».

**- Comment préparez-vous votre cuisine à partir de tous les ingrédients que vous avez réussi à rassembler ?**

JR : Comme un peintre qui mélange les pigments pour obtenir sa couleur, je mélange et j'assortis les ingrédients afin de créer une harmonie.

Le travail d'un cuisinier, c'est avant tout de réussir à obtenir une harmonie générale. Les goûts, les arômes : il se sert de son nez pour les distinguer et dégager une harmonie. J'appellerais cela : « la science des arômes ».

Pour cuisiner il faut, primo, des ingrédients de haute qualité, secundo, une qualité de cuisine exigeante, et tertio, comme je vous le disais à l'instant, harmoniser les goûts et les parfums, les cristalliser ensemble pour créer une saveur personnelle. Mais ces choses-là relèvent vraiment des sensations. C'est très difficile à expliquer.

**- Lorsque vous cuisinez, vous dites souvent qu'il ne faut pas qu'il y ait 1 g d'écart. Vous semblez y accorder une très grande importance. D'où cela vous vient-il ? De votre personnalité ?**

JR : La quantité correcte, la température correcte, la durée correcte : si ces trois points sont réunis, la recette est réussie ! J'aime le travail de qualité et toujours je m'efforce d'aller dans ce sens. Il n'y a pas de cuisine parfaite, mais on peut toujours essayer de s'en rapprocher un tant soit peu. Quand nous modifions quelque chose, nous le faisons parce que nous aspirons à la perfection. Ce n'est pas pour que la qualité se dégrade. La perfection n'existe pas dans le travail de l'artisan, mais il doit toujours y tendre.

Depuis ma jeunesse, je fais des efforts pour m'approcher de la perfection. En me comparant à mes débuts, au temps où j'étais encore inexpérimenté, j'estime que ma réflexion et ma technique

ont atteint un niveau tout à fait honorable. Mais chaque fois qu'on progresse, on repousse toujours l'objectif encore plus loin.

- Comment créez-vous de nouvelles recettes ?

JR : Tout d'abord, je réfléchis. Ensuite, je fais des essais. Du temps de Jamin, je me rendais tout seul au restaurant le dimanche et je réfléchissais à de nouvelles recettes. Par exemple, le turban de langoustines aux spaghettis. La première idée que j'avais eue était d'enrouler les langoustines avec les spaghettis. Mais le résultat n'était pas esthétique. Au fil de mes essais, j'ai eu l'idée d'enrouler les spaghettis en m'inspirant de la forme du savarin. La création d'une recette se passe souvent comme cela.
Quand on prépare une nouvelle recette, ce qu'il ne faut surtout pas oublier, c'est que les ingrédients qu'on utilise proviennent d'êtres vivants. Le bœuf, le porc, les plantes. En les utilisant, nous leur volons leur vie. C'est pourquoi, jusqu'à ce que la cuisine arrive dans l'assiette des clients, nous devons manifester envers les ingrédients le plus grand respect. On pourrait presque parler de « piété ».

- Lorsque nous dégustons votre cuisine, ce que l'on ressent c'est « la justesse », « le sens de la propreté, de la pureté ». La pureté de votre cuisine serait-elle liée au fait que le respect des ingrédients s'exprime dans les assiettes que vous servez ?

JR : La justesse et la pureté, oui, c'est tout à fait cela. Je pense vraiment que c'est très important. Une personne qui n'a pas le sens de la propreté ne peut pas être un cuisinier digne de ce nom. La cuisine n'admet pas les gens sales !

- Lorsqu'on regarde vos locaux, vos cuisines, on remarque que le ménage est fait plusieurs fois par jour.

JR : Oui, c'est une perpétuelle répétition : la cuisine, puis le ménage. La cuisine est un travail physiquement très éprouvant. C'est pourquoi il faut être jeune. Ainsi, beaucoup de jeunes se présentent dans mon restaurant.
Un bon artisan ne doit jamais se laisser aller à la facilité. Il ne doit pas faire ce qui est à la portée de tout le monde. Le tout est de savoir s'il a la force de relever le défi d'une tâche vraiment difficile. C'est là que tout se joue.
Il faut donner le meilleur de soi même, avoir la volonté de vaincre. Les personnes qui n'ont pas cela en elles n'ont pas leur place dans mes restaurants...

- Permettez-moi la question, depuis quand avez-vous commencé à penser à prendre votre retraite à 50 ans ?

JR : J'ai travaillé sans répit depuis l'âge de 15 ans. J'ai travaillé parce que je souhaitais que tous mes clients soient satisfaits. Il y a 30 ans déjà, je pensais prendre ma retraite à 50 ans. Jean Troisgros, Alain Chapel, à peine avaient-ils franchi le seuil de la cinquantaine, qu'ils ont disparu. Travailler en tant que cuisinier jour après jour est vraiment très éprouvant. Lorsqu'on dépasse la cinquantaine, le corps ne suit plus. On manque d'énergie. Je suis certain aussi qu'on perd le sens de la compétition. Je préfère m'arrêter avant d'en arriver là. Depuis que je travaille en tant que cuisinier, je me suis toujours fixé des objectifs chaque fois plus élevés. Je pense notamment à ce que cela représente d'avoir un restaurant. Pour réussir en tant que cuisinier,

mais aussi en tant que restaurateur-propriétaire, je me demandais ce qu'il fallait que j'étudie. J'ai voulu devenir chef avant même d'avoir 30 ans. J'ai eu la chance de devenir cuisinier en chef du Concorde Lafayette à l'âge de 28 ans. Par la suite, comme je voulais étudier la gestion des produits et du personnel, je suis entré à l'hôtel Nikkô en tant que membre du directoire. Là, je cuisinais tout en étudiant autre chose. C'est ainsi que j'ai pu saisir la chance de m'établir à mon compte et ouvrir le restaurant Jamin. Et j'ai ensuite à nouveau eu la chance de décrocher les trois étoiles Michelin. Je me suis dit que j'allais me consacrer de mon mieux à mon restaurant pendant 10 ans et que je prendrais ensuite ma retraite. 10 ans, cela m'amenait tout juste à l'âge de 50 ans.

**- Mais vous n'avez pas abandonné longtemps la scène gastronomique...**

JR : Au départ, je me suis accordé quelques années pour prendre un peu de recul, voyager, observer les cultures gastronomiques des autres pays, tout cela dans l'idée de penser une cuisine plus simple et plus conviviale. I³uis, au début des années 2000, d'anciens collaborateurs m'ont convaincu de m'associer à eux pour concrétiser notre réflexion tout en exploitant les découvertes faites pendant ces années...

**- Ce qui fut le début d'une belle aventure, avec l'ouverture de nombreux restaurant à travers le monde !**

JR : Oui, les ouvertures de restaurant se sont succédées à un rythme assez incroyable depuis 2003 et l'ouverture de l'Atelier de Joël Robuchon. Je crois d'ailleurs beaucoup à ce concept de restaurant, que j'ai souhaité développer et décliner dans le monde. Tout en continuant à réfléchir sur d'autres concepts, en gardant comme objectif la simplicité, la convivialité et les attentes de la clientèle.

**- Est-ce que votre cuisine a changé ?**

JR : Les bases de ma cuisine sont toujours les mêmes, elles ne vous quittent jamais ! Ceci dit, ma cuisine a forcément évolué depuis le temps de Jamin et du Restaurant Joël Robuchon à Paris. Déjà parce que dans la plupart de mes restaurants, nous faisons une cuisine plus accessible que celle d'un 3 étoiles, mais aussi parce que mes voyages et mes rencontres m'ont influencé. J'ai beaucoup appris des techniques et des textures, notamment en Asie.

**- Nous attentons donc un deuxième volet du Grand Livre de Cuisine de Joël Robuchon, avec un recueil de vos meilleures recettes depuis le début des années 2000 !**

JR : Avec plaisir !

# MENU CRUSTACÉS

**Millefeuille de tomate au crabe**
VOIR P. 90

**Fricassée de grosses langoustines aux girolles et asperges grillées**
VOIR P. 18 1

**Rouelles de homard aux herbes en civet**
VOIR P. 15 8

**Langouste aux épices rôtie au romarin, penne aux truffes**
VOIR P. 170

Le plat de homard précède volontairement le plat de langouste. Assurément, la chair du homard, comparée à celle de la langouste, a un goût plus soutenu, une saveur plus sucrée. La préparation de la langouste se fait avec du romarin et des épices : la saveur de la chair gagne ainsi en complexité. C'est la raison pour laquelle la langouste est servie après le homard.

Accompagnez ces quatre sortes de crustacés avec des légumes ou des champignons. Par ailleurs, travaillez à la mise au point des saveurs en introduisant des variations grâce à l'adjonction d'épices et d'herbes aromatiques. Le plus important est la recherche d'une harmonie d'ensemble. Parmi les crustacés, il y a une grande variété de crevettes et de crabes.

AVIS D'ANTOINE HERNANDEZ, SOMMELIER EN CHEF

**Pour ce menu crustacés, je vous invite à déguster une suite harmonieuse de champagne, puis de deux vins blancs. Notez que ce homard se marie d'ordinaire très bien avec certains vins rouges de la côte de Beaune, mais la présence de langouste dans le plat suivant ne me permet pas d'en proposer ici.**

**Pour accompagner le « Millefeuille » de tomate au crabe, mon choix se porte vers le champagne Bruno Paillard blanc de blancs « réserve privée ». Comme toutes les cuvées Bruno Paillard, il est vif, floral, fruité, agréable et judicieusement dosé, pour un accord parfait avec le crabe et la tomate. Continuez avec un Pessac-Léognan blanc, le Château Pape Clément 2006 avec la Fricassée de grosses langoustines aux girolles et asperges grillées. Je l'ai choisi pour son infinie longueur en bouche, sa minéralité, sa rondeur complétée par la fraîcheur des agrumes. Il a le profil requis pour un mariage heureux avec ces langoustines, en vous faisant passer du terrestre au céleste. Il est l'un des meilleurs vins blancs au monde pour ce plat.**

**Sans la présence de la langouste, j'aurais conseillé pour les Rouelles de homard aux herbes en civet un vin rouge de la côte de Beaune comme le Volnay ou le Savigny-lès-Beaune, élégants et sans agressivité. Dans notre menu crustacés, je vous invite à continuer avec l'excellent Château Pape Clément blanc, également parfait avec le homard.**

**Finalement, il n'existe pas de plus bel hommage à la Langouste épicée grillée au romarin garnie de penne aux truffes qu'une alliance avec l'excellent Puligny-Montrachet 1er cru Clavoillon 2002 du Domaine Leflaive, teinté d'or pâle, complexe et très élégant.**

# MENU TRUFFE

Soupe chaude de foie gras à la gelée de poule
VOIR P. 58

Tarte friande de truffes aux oignons et au lard fumé
VOIR P. 134

Zéphyr de céleri et de truffe
VOIR P. 146

Pour tout cuisinier, la truffe est un ingrédient fascinant. Elle se marie admirablement avec des produits gras, comme le foie gras, et s'assortit aussi très bien avec des légumes poussant dans la même région, comme la pomme de terre ou le céleri-rave. L'essentiel dans cet ingrédient, c'est certes le parfum, mais la sensation très particulière qu'il laisse sous la dent est également intéressante. La truffe stimule puissamment l'imagination des cuisiniers. La truffe possède de multiples facettes : c'est en cela qu'elle se prête bien à la composition d'un « menu aux truffes », à savoir un menu de luxe où l'on utilise la truffe de bout en bout — chose qu'on ne peut pas faire avec du foie gras ou du caviar.

La truffe est un ingrédient que l'on ne peut se procurer qu'en hiver. En été, il existe ce qu'on appelle la truffe d'été. Je l'utilise également, et ne manque pas d'en parsemer la salade d'accompagnement.

AVIS D'ANTOINE HERNANDEZ
SOMMELIER EN CHEF

**Un menu truffes mérite une sélection de vins à la hauteur de la noblesse du produit...**
**Pour tenir cette promesse, je vous propose de démarrer, en accompagnement de la Soupe chaude de foie gras, avec le Château Latrézotte « le sauternes de ma fille » 2008. Ce vin, qui a la douceur du pinceau sur la toile, reflète l'élégance et le charme du terroir, tout comme le propriétaire de ce château, M. Bernard Magrez.**
**La Tarte friande aux truffes se marie à merveille avec l'Hermitage blanc 2006 de Jean-Louis Chave. Ce vin délicieux s'impose ici par sa présence en bouche, sa finesse, son gras et son parfum extraordinaires.**

**Pour achever ce repas d'exception avec le Zéphyr de céleri aux truffes, choisissez le Châteauneuf du Pape blanc « roussanne vieilles vignes » Château de Beaucastel 2005, au nez caractéristique de miel et de fleur d'acacia, d'une complexité et d'un équilibre remarquables.**

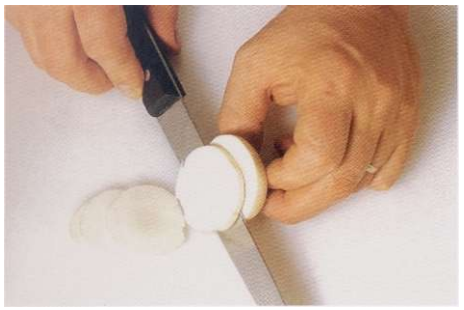
# Bâtonnets aux pétoncles

POUR 4 PERSONNES

250 g de noix de pétoncles (environ 24 noix)
2 gros champignons de Paris
3 c. à s. d'huile d'olive
40 g de beurre
1 pincée de thym
2 c. à c. de vinaigre de vin rouge
2 c. à c. de sauce soja
Fleur de sel de Guérande
Poivre blanc mignonnette
Ciboulette
Sel
Poivre du moulin

Nettoyez les champignons de Paris et rincez-les soigneusement.
Émincez horizontalement les chapeaux en lamelles de 1 mm d'épaisseur, puis coupez 16 disques à l'aide d'un emporte-pièce rond de 1,2 cm de diamètre.

Faites chauffer 1 c. à s. d'huile d'olive et faites-y sauter rapidement les disques de champignon pour éliminer leur eau de végétation.



**1. Coupez les chapeaux des champignons de Paris en lamelles de 1 mm d'épaisseur.**

**2. Taillez 16 disques en découpant les champignons à l'aide d'un emporte-pièce rond de 1,2 cm de diamètre.**

**3. Faites sauter rapidement ces disques de champignon dans une poêle contenant de l'huile d'olive chaude.**

Mignonnette

Il s'agit de poivre moulu grossièrement.

Pour l'assaisonnement des brochettes de pétoncles avant la cuisson, on utilise du poivre du moulin. En revanche, pour la finition, la fleur de sel et la mignonnette sont plus adaptés.
Ouvrez les coquilles des pétoncles et sortez les noix, rincez celles-ci rapidement à l'eau froide et essuyez-les avec du papier absorbant.
Enfilez une noix de pétoncle sur un petit bâtonnet en bois puis, dans l'ordre suivant, une rondelle de champignon de Paris, une noix, une rondelle de champignon de Paris, une noix.
Préparez ainsi 8 bâtonnets.
Salez et poivrez légèrement les bâtonnets.
Faites chauffer 20 g de beurre et le reste de l'huile d'olive à feu moyen dans une poêle antiadhésive, puis déposez les bâtonnets dedans.

**4. Ouvrez les coquilles des pétoncles et sortez les noix. Rincez-les rapidement à l'eau froide et essuyez-les.**

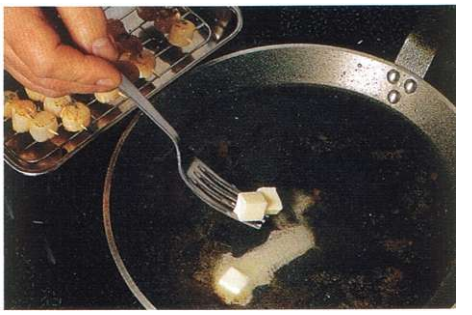
**5. Enfilez les noix et les champignons de Paris sur des petits bâtonnets en bois.**

**6. Faites chauffer du beurre et de l'huile d'olive dans une poêle à feu moyen. Déposez les bâtonnets dedans.**

Faites cuire un côté des bâtonnets pendant 20 s, saupoudrez de thym, puis tournez les bâtonnets et faites cuire l'autre face pendant 20 s. Posez-les sur une grille et jetez le jus.

Ajoutez le reste du beurre dans la poêle utilisée pour la cuisson des bâtonnets, mettez-la sur le feu et laissez fondre le beurre.

**7. Après 20 s de cuisson, saupoudrez les bâtonnets de thym, tournez-les et faites cuire l'autre côté pendant 20 s également.**

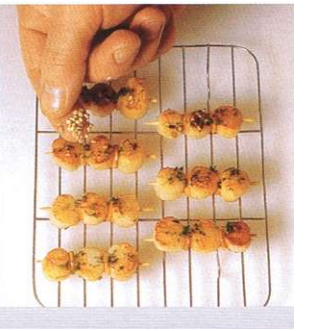


**8. Ajoutez le reste du beurre dans la poêle utilisée pour la cuisson des bâtonnets et laissez-le fondre.**

Lorsque le beurre commence à mousser, déglacez avec le vinaigre de vin rouge et la sauce soja. Réduisez le feu, remettez les bâtonnets dans la poêle, à feu doux, et arrosez-les rapidement avec la sauce. Posez-les sur une grille pour enlever l'excédent de jus.

Saupoudrez les bâtonnets avec de la ciboulette ciselée, du poivre blanc mignonnette et de la fleur de sel.
Posez deux bâtonnets sur chaque petite assiette chauffée. Arrosez d'un peu de jus resté dans la poêle.

9. **Lorsque** le beurre commence à mousser, **déglacez avec le vinaigre de vin rouge et la sauce soja. Remettez les bâtonnets et arrosez-les à l'aide d'une cuillère.**



**10. Saupoudrez de poivre blanc mignonnette.**

## Fleur de sel de Guérande

Le sel naturel produit dans les marais salants de Guérande en Bretagne est connu pour sa qualité et son goût. Parmi différents types de sel de Guérande, les gros cristaux de sel sont appelés « fleur de sel » et sont très appréciés. Ils sont peu amers et finement salés.

Afin de mettre en valeur la sensation craquante légère qui se produit entre les dents, on utilise la fleur de sel pour la finition.

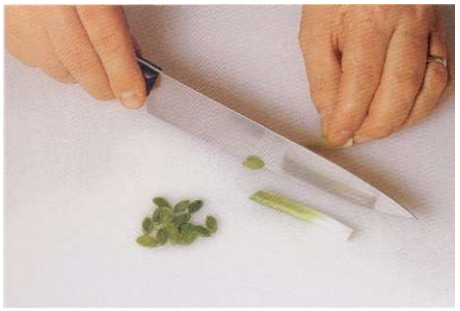
# Marinière de pétoncles

POUR 4 PERSONNES

4 pétoncles (grands, avec coquilles)
4 mini poireaux
60 g de beurre mou
1 pincée de thym
2 échalotes
5 cl de vin blanc
10 cl de crème fraîche
1 c. à s. de jus de citron
4 c. à s. de gros sel (pour la présentation)
Aneth
Poivre blanc mignonnette
Sel fin
Fleur de sel de Guérande
Poivre du moulin

Rincez les poireaux et émincez-les en biais en rondelles fines. Plongez-les dans de l'eau bouillante salée, laissez-les 2 min pour qu'ils restent croquants. Rafraîchissez-les dans de l'eau froide, puis égouttez-les:
Sortez les noix de pétoncles de leurs coquilles et rincez-les rapidement à l'eau courante. Égouttez-les et déposez-les dans un plat beurré.

Beurrez-les avec un pinceau, saupoudrez-les de thym, salez et poivrez. Mettez-les au réfrigérateur.



**1. Émincez les poireaux en biais en rondelles fines.**

**2. Égouttez les noix et disposez-les dans un plat beurré.**

**3. Beurrez les noix avec un pinceau,**

**Préparation de la sauce**
Pelez les échalotes et émincez-les. Dans une sauteuse, mettez 10 g de beurre et une pincée de sel puis faites fondre les échalotes pendant 3 min en évitant qu'elles blondissent.
Ajoutez le vin blanc et laissez-le réduire 2-3 min. Ajoutez la crème fraîche et le jus de citron. Faites cuire tout en remuant au fouet à main, jusqu'à ce que la sauce épaississe.

Incorporez le reste du beurre avec un mixeur plongeant. Rectifiez l'assaisonnement.

**4. Saupoudrez de thym.**

**5. Versez le jus de citron dans la sauce.**

**6. Lorsque la sauce épaissit, incorporez le reste du beurre avec un mixeur plongeant.**

Faites chauffer les poireaux dans la sauce tout en les arrosant régulièrement.
Réchauffez au four les coquilles creuses des pétoncles et calez-les sur des assiettes garnies de gros sel. Décorez avec 3 brins d'aneth.
Répartissez les poireaux dans les coquilles.

Faites griller les noix de pétoncle pendant 1 min à la salamandre, disposez-les sur les poireaux, parsemez de fleur de sel et de poivre blanc mignonnette. Nappez avec le reste de la sauce.

**7. Mettez les poireaux avec un peu de sauce dans les coquilles de pétoncles vides réchauffées.**

**8. Posez les noix de pétoncle grillées sur les poireaux.**

**9. Nappez de sauce.**

# Écrevisses au potiron

POUR 4 PERSONNES

12 écrevisses pattes rouges
50 g de potiron
5 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
1 pincée de gros sel
2 c. à s. de crème fraîche
1 c. à s. de vinaigrette au jus de truffe (voir p. 453)
Sel

Pour le court-bouillon
20 g d'oignon émincé
20 g de carotte émincée
10 g de côte de céleri émincée
10 g de fenouil émincé
1 pincée de graines de fenouil
1 anis étoilé
1 petit bouquet garni
4 ou 5 grains de poivre noir
2,5 cl de vinaigre d'alcool
2,5 cl de vin blanc
Gros sel

Pour la décoration
20 g de potiron
Vinaigrette au jus de truffe
Cerfeuil

Mettez dans une grande casserole les ingrédients pour le court-bouillon avec 1 l d'eau. Portez à ébullition. Jetez les écrevisses dedans et laissez-les cuire pendant 3 min. Égouttez-les. Décortiquez les écrevisses et retirez l'intestin.

Disposez la chair du corps et des pinces sur un plat, arrosez de vinaigrette au jus de truffe en dessinant un rond, couvrez le plat avec un film alimentaire, puis mettez-le au réfrigérateur.

**1. Mettez les écrevisses dans le court-bouillon à ébullition et faites-les cuire pendant 3 min.**

**2. Décortiquez le corps et les pinces des écrevisses.**

**3. Retirez l'intestin des écrevisses.**

## Pattes rouges

**L'écrevisse à pattes rouges est considérée comme l'espèce la plus savoureuse parmi** les **écrevisses.**

La quantité indiquée de court-bouillon permet aussi de cuire un plus grand nombre d'écrevisses, mais il faut, dans ce cas, les faire cuire en plusieurs fois.

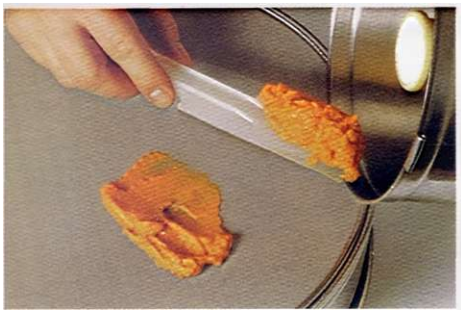
Préparation de la purée de potiron
Coupez 50 g de potiron en dés de 1 cm, mettez-les dans une sauteuse et versez-y le consommé de volaille. Ajoutez un peu de sel, couvrez et laissez cuire. Quand les dés de potiron sont tendres, égouttez-les, passez-les au mixeur, puis au tamis.

**4. Sur la chair du corps et des pinces, dessinez un rond avec la vinaigrette au jus de truffe.**

**5. Versez le consommé de volaille sur les dés de potiron et faites-les cuire jusqu'à ce qu'ils soient** tendres

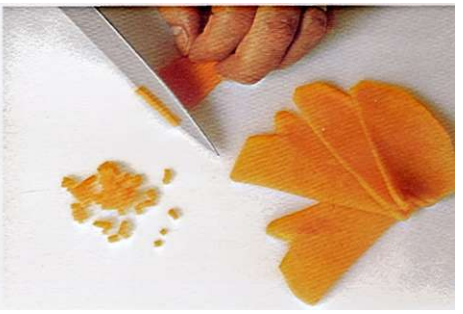
**6. Égouttez les dés de potiron et passez-les au mixeur.**

Mettez la purce de potiron dans un saladier et posez-le dans de l'eau froide contenant des glaçons, ajoutez la crème fraîche et fouettez jusqu'à ce que la purée devienne crémeuse, onctueuse et lisse. Rectifiez l'assaisonnement.



**7. Passez les dés de potiron au tamis.**

**8. Mettez la purée de potiron dans un saladier, dans de l'eau froide contenant des glaçons, ajoutez la crème fraîche et fouettez.**



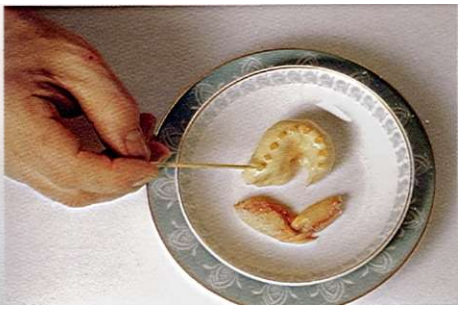
**9. Coupez 20 g de potiron en dés de 1 mm, pour la décoration.**

Finition et dressage :
Coupez les 20 g de potiron prévus pour la décoration en dés de 1 mm. Blanchissez-les rapidement dans de l'eau bouillante salée pour qu'ils restent croquants. Retirez-les, rafraîchissez-les dans de l'eau froide et égouttez-les bien. Assaisonnez avec un peu de vinaigrette au jus de truffe.

Égouttez les queues et les pinces d'écrevisses et disposez-les au centre des assiettes. Nappez-les de crème de potiron, parsemez de dés de potiron et décorez avec des feuilles de cerfeuil.

**10. Faites cuire les dés de potiron 1 min dans de l'eau bouillante salée en les gardant croquants.**

**11. Disposez les queues et les pinces d'écrevisses sur les assiettes, nappez-les de crème de potiron.**



**12. Parsemez les écrevisses des dés de potiron croquants.**

# Mini brochettes de poissons

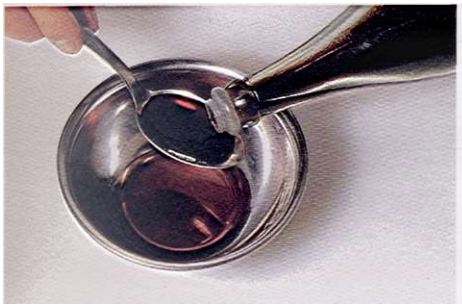
POUR 4 PERSONNES



75 g de saumon fumé
75 g d'anguille fumée
1 filet de sole de 100 g sans peau
3 cl de vinaigre de vin rouge
3 cl de sauce soja
8 mini poireaux
5 cl d'huile d'olive
30 g de beurre
Cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Mélangez le vinaigre de vin et la sauce soja pour faire la marinade.
Coupez le filet de sole en 16 bâtonnets de 3,5 cm de long et de 5 mm d'épaisseur. Faites également 16 bâtonnets dans le saumon fumé. Retirez la peau de l'anguille fumée et coupez-la aussi en 16 bâtonnets de même taille que les bâtonnets de sole.

Il est plus facile de tailler le saumon fumé et l'anguille s'ils sont légèrement congelés.



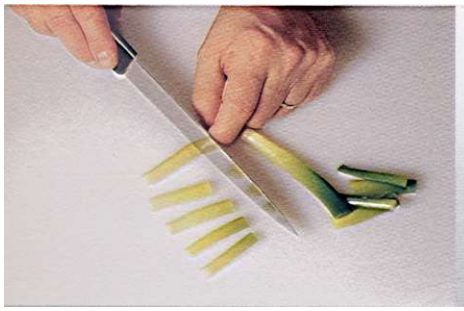
**1. Mélangez le vinaigre de vin et la sauce soja pour faire la marinade.**

**2. Coupez le filet de sole et le saumon fumé en bâtonnets de 3,5 cm de long et de 5 mm d'épaisseur.**

**3. Retirez la peau de l'anguille fumée et coupez-la en bâtonnets.**

Rincez les poireaux et supprimez la partie verte. Blanchissez-les dans de l'eau bouillante salée, puis rafraîchissez-les dans de l'eau froide et égouttez-les. Coupez-les en tronçons de 3,5 cm de long.

Préparation des mini brochettes
Enfilez, dans l'ordre et sur des petites brochettes en bois, de la sole, de l'anguille, du saumon, du poireau, du saumon, de l'anguille et de la sole. Préparez ainsi 8 brochettes.
Égalisez en recoupant les côtés de chaque brochette, déposez-les sur un plat, poivrez et arrosez de marinade. Laissez pendant 1 min, puis retournez les brochettes.



**Coupez les poireaux blanchis et rafraîchis à la ^êr^e longueur que les bâtonnets de poisson.**

**5. Après avoir enfilé les poissons et les poireaux sur les brochettes, égalisez en recoupant les côtés de chaque brochette.**

**6. Arrosez les brochettes de marinade.**

Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle antiadhésive, et déposez-y les brochettes essuyées. Laissez-les cuire 20 s de chaque côté, jetez l'huile et déposez 2 brochettes sur chaque assiette chaude.

Dans la poêle utilisée pour la cuisson des brochettes, versez la marinade et grattez les sucs de cuisson avec une spatule. Faites réduire de moitié, ajoutez le beurre en mélangeant au fouet.

**7. Faites cuire les brochettes 20 s d'un côté, tournez-les, faites cuire 20 s de l'autre côté.**

**8. Déglacez la poêle utilisée pour la cuisson des brochettes avec la marinade.**

**9. Après réduction de moitié, ajoutez le beurre et fouettez pour réaliser la sauce.**

**Finition et dressage :**
Nappez les brochettes d'un peu de sauce, décorez avec des feuilles de cerfeuil.

Vous pouvez aussi réaliser les brochettes en enfilant les ingrédients dans l'ordre figurant sur la photo de la page 33.

**10. Nappez de sauce les brochettes déposées sur les assiettes.**

**11. Décorez avec des feuilles de cerfeuil.**

# Brochettes de poulet
## AU CURRY

### POUR 4 PERSONNES

2 cuisses de poulet (désossées et dénervées)
16 mini poireaux
Curry en poudre
Sauce soja
1 c. à s. de poivron vert en petits dés (brunoise)
1 c. à s. de poivron rouge en petits dés (brunoise)
30 g de beurre
Gros sel
Cerfeuil

Pour 75 cl de sauce curry
1 pomme Golden
1 pomme Red Delicious
1 c. à c. de beurre
1 petit oignon haché
3 c. à s. de farine
5 c. à s. de curry en poudre
1 banane
25 cl de lait de coco non sucré

75 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
2 gousses d'ail dégermées, hachées
1 c. à c. de concentré de tomate
1 tomate concassée, pelée et épépinée
1 bouquet garni
50 cl de crème fraîche
Sel

Préparation de la sauce curry
Pelez les pommes et coupez-les en dés. Faites fondre le beurre dans une sauteuse, ajoutez l'oignon et une pincée de sel. Laissez fondre 2 min à feu moyen sans qu'il blondisse. Poudrez de farine en mélangeant, et laissez cuire encore 2 min sans coloration. Poudrez de curry, mélangez, puis ajoutez les dés de pomme, de banane et le lait de coco.

Versez le bouillon de volaille, ajoutez le bouquet garni, l'ail, le concentré de tomate et la tomate concassée. Salez légèrement, couvrez et laissez cuire pendant 1 h 30 à feu doux.

1. Faites cuire l'oignon finement haché avec le beurre pendant 2 min, sans le laisser blondir.

2. Après avoir ajouté la farine, le curry, les pommes et la banane, versez le lait de coco.

3. Arrosez avec le bouillon, ajoutez le bouquet garni, l'ail, le concentré de tomate et la tomate. Couvrez et laissez cuire pendant 1 h 30.

Enlevez le bouquet garni et réduisez la sauce en purée avec un mixeur plongeant.
Passez la sauce au chinois, délayez-la au besoin avec du bouillon de volaille, ajoutez la crème fraîche et mélangez pour finir la sauce curry.

**4. Enlevez le bouquet garni, réduisez la sauce en purée à l'aide d'un mixeur plongeant.**

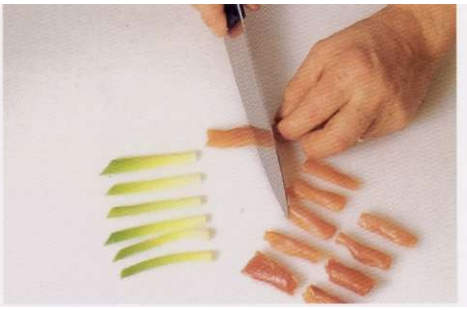
**5. Passez-la au chinois.**

**6. Délayez-la avec la crème fraîche.**

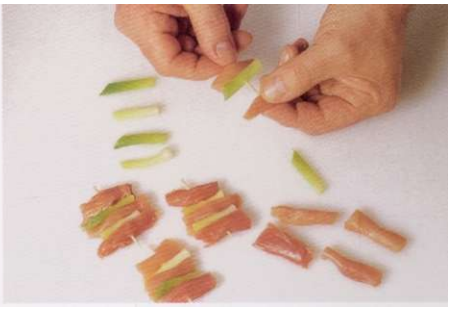
**Préparation des brochettes :**
Rincez les poireaux et blanchissez-les 2 min dans de l'eau bouillante salée pour les garder croquants. Passez-les à l'eau froide, égouttez-les et coupez-les en tronçons de 2 cm.

Coupez la chair de poulet en bâtonnets de 1 cm d'épaisseur et de 2 cm de longueur.
Enfilez sur une brochette du poulet, du poireau, du poulet, du poireau, et du poulet.
Confectionnez ainsi 8 brochettes.
Saupoudrez de curry en poudre, arrosez de quelques gouttes de sauce soja et laissez mariner pendant 5 min.

**7. Faites cuire les poireaux 2 min dans de l'eau bouillante salée, en les gardant croquants.**



**8. Coupez les poireaux et les cuisses de poulet en bâtonnets de 2 cm de long.**



**9. Confectionnez les brochettes en alternant poulet et poireau.**

Faites blanchir séparément et pendant 1 min les poivrons vert et rouge dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les et rafraîchissez-les.
Mélangez-les avec 4 c. à s. de la sauce curry.
Faites fondre le beurre dans une poêle antiadhésive. Lorsqu'il devient noisette, déposez les brochettes dedans. Après 1 min de cuisson, tournez-les et continuez à les cuire jusqu'à ce que tous les côtés soient bien grillés.
Mettez à égoutter sur une grille.

Sur une assiette, étalez 1 c. à s. de sauce curry aux poivrons, posez deux brochettes, puis décorez avec des feuilles de cerfeuil.

**10. Dans la sauce curry, ajoutez la brunoise de deux types de poivrons blanchis.**

**11. Faites cuire les brochettes 1 min de chaque côté.**

**12. Étalez la sauce curry sur les assiettes, et posez les brochettes dessus.**

# Gougères

POUR 30 À 35 GOUGÈRES

80 g d'emmental
12,5 cl d'eau
12,5 cl de lait
120 g de beurre en dés de 1 cm
1 pincée de gros sel
125 g de farine tamisée
4 œufs
Noix de muscade
Poivre du moulin
Un peu de beurre et de farine pour le plat

Préchauffez le four à 200 °C (th. 7).
Beurrez une plaque et saupoudrez-la légèrement de farine.
Hachez l'emmental au couteau.

**1. Beurrez une plaque et saupoudrez-la de farine.**

**2. Hachez l'emmental.**

**3. Dans une casserole, mettez l'eau, le lait, le beurre en dés et le gros sel. Portez à ébullition.**

Préparation de la pâte à choux
Dans une casserole, mettez l'eau, le lait, le beurre et le gros sel, puis allumez le feu. Lorsque le liquide bout, retirez la casserole du feu, versez-y d'un coup la farine et mélangez vigoureusement avec une spatule. Mettez-la de nouveau sur feu doux et faites sécher la pâte en mélangeant vigoureusement avec la spatule.

Quand la pâte se décolle du fond de la casserole, versez-la dans un saladier. Battez légèrement les œufs et incorporez-les peu à peu, en mélangeant avec la spatule pour y incorporer de l'air.

**4. Lorsque le liquide bout, retirez la casserole du feu et versez d'un coup la farine tamisée. Mélangez.**

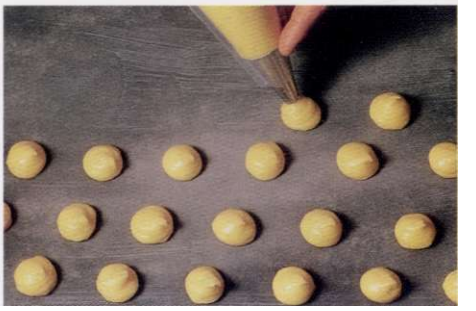
**5. Remettez sur le feu et mélangez vigoureusement la pâte jusqu'à ce qu'elle se décolle du fond de la casserole.**

**6. Hors du feu, incorporez peu à peu les œufs légèrement battus, mélangez pour y incorporer de l'air.**

Ajoutez 60 g de fromage à la pâte à choux, assaisonnez de muscade et de poivre.
Mettez la pâte dans une poche munie d'une douille ronde de 10 mm de diamètre. Déposez sur la plaque légèrement beurrée et farinée des petits tas suffisamment espacés.

**7. Incorporez 60 g de fromage.**

**8. Lorsque la pâte est lisse, parfumez-la avec la noix de muscade.**



**9. Déposez des boules de pâte espacées à l'aide d'une poche munie d'une douille de 10 mm de diamètre.**

Saupoudrez les boules de pâte avec le reste du fromage.
Mettez au four et laissez cuire de 20 à 25 min.

Dès que la cuisson est finie, sortez les gougères du four immédiatement et servez-les bien chaudes.

**10. Saupoudrez les petites gougères avec le reste du fromage.**

**11. Après la cuisson, les gougères ont pris une belle couleur dorée. Servez-les immédiatement.**

# Crème d'huîtres

## AUX POINTES D'ASPERGE VERTE

POUR 4 PERSONNES

20 huîtres spéciales n° 5
20 asperges vertes
100 g de beurre
1 jaune d'œuf
10 cl de crème fraîche
Le jus de 1/4 de citron
Cerfeuil
Thym
Sel
Poivre du moulin

Détachez les huîtres des coquilles et enlevez le manteau. Recueillez l'eau des huîtres et filtrez-la.

**Huîtres spéciales n° 5**
Ce sont des huîtres élevées dans des bassins appelés claires (anciens marais salants) situés à Marennes-Oléron. L'appellation officielle est « Spéciale de claire ». Les huîtres appelées « Fines de claire » sont affinées un mois.
Les huîtres affinées pendant quatre mois sont réputées les meilleures. Elles se caractérisent par leur couleur verte et leur goût fin.
Le n° 5 est une classification par le poids : une pièce fait 30 g. Le numéro est inversement proportionnel au poids : n° 4 pour 40 g. n° 3 pour 50 g. etc.

1. Ouvrez les huîtres en coupant le muscle qui maintient les coquilles et sortez les chairs.

2. Enlevez le manteau des huîtres et filtrez l'eau recueillie..

Dans une sauteuse, mettez les huîtres et l'eau filtrée, ajoutez 20 g de beurre en petits dés et poivrez. Réservez au réfrigérateur.
Pelez les asperges et coupez les pointes à 5 cm. Faites bouillir de l'eau salée et blanchissez-y les pointes et les queues des asperges. Déposez-les ensuite dans de l'eau froide et réservez l'eau utilisée pour les blanchir.

Découpez les queues des asperges en rondelles, puis coupez toutes les pointes en biseau d'une manière uniforme.
Mettez la sauteuse contenant les huîtres sur feu doux en prenant soin de ne pas laisser bouillir. Lorsque les huîtres ont chauffé et qu'elles deviennent légèrement nacrées, sortez-les avec une écumoire et égouttez-les.

Dans le liquide de cuisson des huîtres, ajoutez 16 cl de l'eau utilisée pour blanchir les asperges ainsi que les rondelles d'asperge. A ébullition. retirez du feu. couvrez et laissez refroidir.

3. Dans une sauteuse, mettez les huîtres et leur eau, ajoutez de petits dés de beurre.

4. Faites blanchir les pointes et les queues d'asperge dans de l'eau bouillante salée.

5. Lorsque les huîtres ont légèrement chauffé, sortez-les et égouttez-les.

**Préparation de la crème**

Mélangez le jaune d'**œuf** avec 8 cl de crème fraîche, filtrez le liquide utilisé pour la cuisson des queues d'asperge et ajoutez-le, puis versez le tout dans une sauteuse. Mettez-la sur feu doux. Faites cuire sans bouillir, en mélangeant jusqu'à ce que le liquide épaississe. Assaisonnez avec du sel et du poivre, ajoutez quelques gouttes de jus de citron, puis le reste de la crème fraîche (2 cl). Chauffez les pointes d'asperge dans de l'eau salée bouillante, et égouttez-les. Liez-les avec le reste de la crème fraîche et de beurre.

**6. Mélangez le jaune d'œuf avec 8 cl de crème fraîche.**

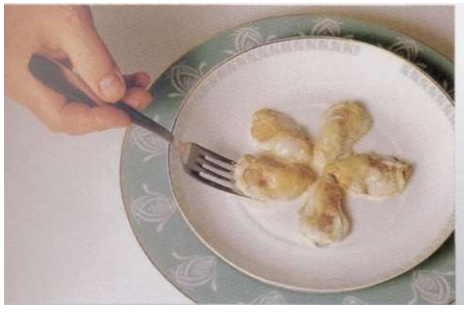
**7. Versez le liquide filtré utilisé pour la cuisson des queues d'asperge et mettez la sauteuse à chauffer sur feu doux. Faites cuire en mélangeant jusqu'à ce que le liquide devienne épais (crème).**

**8. Liez les pointes d'asperge chauffées avec de la crème et du beurre.**

**Finition et dressage**

Réchauffez les huîtres avec un peu de crème (crème fraîche en plus ou crème d'asperge) en faisant attention de ne pas les cuire plus, et disposez 5 huîtres dans chaque assiette. Ajoutez le reste du beurre à la crème d'asperge, mixez, puis nappez-en les huîtres.

Disposez 5 pointes d'asperge dans les assiettes en les alternant avec les huîtres et décorez avec des feuilles de cerfeuil. Poivrez et parsemez de thym.



**9. Disposez les huîtres chaudes et les pointes d'asperge dans des assiettes creuses.**

**10. Mélangez la crème d'asperge et nappez-en les huîtres.**

**11. Disposez les pointes d'asperge entre les huîtres.**

# Petite crème

## AUX OURSINS ET FENOUIL

POUR 4 PERSONNES

8 gros oursins de Bretagne
5 cl de lait
1 œuf
5 g de corail de homard
1 pincée de sucre
4 pincées de ciboulette ciselée
Sel

Pour environ 20 cl de crème de fenouil
100 g de fenouil
75 g d'oignon
80 g de beurre
30 cl de fumet de poisson (voir p. 451)
1 pincée de graines de fenouil
1 anis étoilé
15 cl de crème fraîche
Le jus de 1/4 citron
Sel

Pour environ 25 cl de bouillon de homard
250 g de carapaces de homard
5 cl d'huile d'olive
50 g d'oignon en dés de 5 mm
15 g de fenouil en dés de 5 mm
15 g de carotte en dés de 5 mm
50 g d'échalote en dés de 5 mm
1 bouquet garni
2 gousses d'ail pelées, dégermées et hachées
50 cl de fumet de poisson (voir p. 451)
1/2 c. à. s. de concentré de tomate
1 pincée de poivre mignonnette
Sel

Préparation du bouillon de homard
Dans une sauteuse, faites chauffer 2 c. à s. d'huile d'olive, ajoutez les dés d'oignon, de fenouil, de carotte et d'échalote, 1 pincée de sel, le bouquet garni et l'ail haché. Faites suer le tout pendant 4 min en évitant que les ingrédients blondissent.

Concassez les carapaces de homard. Dans une autre sauteuse, faites chauffer le reste de l'huile d'olive à feu vif et faites colorer dedans les carapaces de homard.
Éliminez l'huile des carapaces de homard, mettez celles-ci dans la sauteuse contenant les légumes, mélangez bien et couvrez le tout de fumet de poisson. Ajoutez le concentré de tomate et le poivre mignonnette. Laissez cuire pendant 30 min à feu moyen en écumant régulièrement.

Passez au chinois en écrasant, faites réduire le bouillon obtenu jusqu'à 25 cl, puis passez de nouveau au chinois. Répétez l'opération en ayant au préalable fait réduire le bouillon de moitié.

**1. Mélangez les légumes sués et les carapaces de homard sautées, couvrez de fumet de poisson.**

2. **Laissez cuire pendant 30 min en écumant régulièrement.**

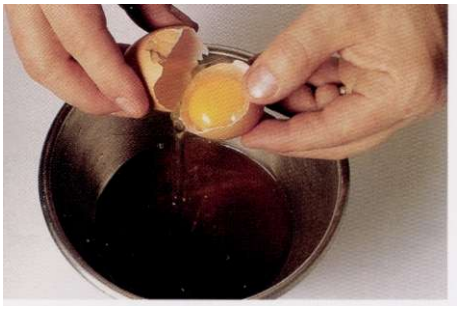
Ouvrez les oursins, sortez la chair en évitant de rendommager, puis passez le jus qu'ils contiennent au chinois étamine.
Essuyez la chair des oursins avec du papier absorbant, et mettez-les au réfrigérateur.

**3. Ouvrez les oursins.**

**4. Sortez la chair des oursins en évitant de l'endommager.**

**5. Essuyez les chairs avec du papier absorbant.**

Préparation de la crème d'oursin
Ajoutez 3,5 cl de bouillon de homard réduit à 11 cl de jus d'oursin, ainsi que le lait, l'œuf, le corail de homard et le sucre. Mélangez avec un mixeur et tamisez plusieurs fois à l'aide d'un tissu.



**6. Ajoutez le bouillon de homard au jus d'oursin, puis le lait, l'œuf, le corail de homard et le sucre.**

**7. Tamisez la préparation à l'aide d'un tissu.**

**8. Faites suer le fenouil et l'oignon émincés avec le beurre pour réaliser la crème de fenouil.**

Préparation de la crème de fenouil
Émincez le fenouil et l'oignon. Ajoutez 40 g de beurre et 1 pincée de sel, faites suer pendant environ 15 min à feu doux en évitant que les légumes ne blondissent.
Versez le fumet de poisson, ajoutez les graines de fenouil et l'anis étoilé, puis laissez réduire de moitié.

Ajoutez la crème fraîche, salez, portez à ébullition, puis laissez cuire pendant environ 10 min.
Tamisez le tout en écrasant les légumes et faites-les réduire. Lorsque vous obtenez une sauce onctueuse et lisse, ajoutez le reste de beurre en fouettant pour monter la sauce. Ajoutez le jus de citron, mélangez, rectifiez l'assaisonnement. Maintenez au chaud.

**9. Ajoutez le fumet de poisson, les graines de fenouil et l'anis étoilé, faites réduire, puis ajoutez la crème fraîche.**

**10. Tamisez le contenu de la casserole en écrasant les légumes.**

**11. Répartissez la crème d'oursin dans 4 tasses et couvrez avec du papier aluminium.**

**Finition et dressage**

Mettez la crème d'oursin dans 4 tasses, couvrez-les avec du papier aluminium, et faites-les cuire pendant **16** min au four **à** vapeur **à 87 °C** (th. **3).** Il est préférable de vérifier la consistance : la prise est bonne quand l'appareil est plus mou que de la crème pudding et oscille légèrement.

Retirez l'aluminium et disposez les oursins en rayons sur la crème d'oursin. Nappez de crème de fenouil. Parsemez de ciboulette ciselée.

**12. Disposez les oursins sur la crème d'oursin cuite.**

**13. Nappez de crème de fenouil.**

**14. Parsemez de ciboulette ciselée.**

# Crème au potiron

POUR 4 PERSONNES

4 potimarrons de 900 g chacun (à utiliser comme récipient)
500 g de potiron
1 c. à c. de sucre
50 cl de bouillon de volaille chaud (voir p. 448)
9 g de Maïzena®
15 cl de crème fraîche
50 g de beurre
Sel

**Préparation des récipients en potimarron**
Coupez la partie supérieure de chaque potimarron, enlevez les graines à l'aide d'une cuillère. Retirez la chair molle également à l'aide d'une cuillère tout-en égalisant l'épaisseur. Pour les stabiliser, coupez une lamelle dessous. Réservez la partie supérieure.

Enlevez les filaments des graines des potimarrons, faites sécher les graines à four doux, puis saupoudrez-les d'une pincée de sel et faites-les dorer dans une poêle.

**1. Coupez la partie supérieure du potimarron horizontalement.**

**2. Retirez les graines et la chair à l'aide d'une cuillère.**

**3. Séparez les graines des filaments.**

**Préparation de la crème au potiron**
Enlevez la peau du morceau de potiron, coupez la pulpe en petits morceaux, mettez-les dans une sauteuse, et ajoutez le sucre. Versez le bouillon chaud, portez à ébullition, puis laissez cuire pendant 18 min.

Pour éviter que l'amertume du potiron n'apparaisse, il est important de le cuire rapidement.

**4. Après avoir fait sécher les graines au four, poêlez-les.**

**5. Coupez le potiron en petits morceaux, mettez-les dans une sauteuse et saupoudrez de sucre.**

**6. Versez le bouillon de volaille chaud,**

Lorsque le potiron est tendre, passez-le au robot, puis au chinois.
Mettez sur le feu le potiron passé au chinois, faites bouillir, puis écumez.
Délayez la Maïzena® avec 5 cl d'eau et ajoutez-la au potiron en mélangeant hors du feu avec un fouet.

Remettez sur le feu, faites bouillir de nouveau, et ajoutez la crème fraîche en mélangeant au fouet.
Ajoutez le beurre en dés, puis mélangez.

**7. Lorsque le potiron est tendre, passez-le au robot, puis au chinois.**

**8. Ajoutez hors du feu la Maïzena® délayée avec de l'eau, et mélangez au fouet.**

**9. Remettez sur le feu, portez à ébullition, ajoutez la crème fraîche et mélangez.**

Vérifiez l'assaisonnement une première fois. Le bouillon étant déjà salé, il ne faut pas saler la crème de potiron pendant sa cuisson.
Faites chauffer les potimarrons au four ou dans un four à micro-ondes. Versez-y la crème de potiron.

Dressage
Parsemez les assiettes de graines de potimarron, posez les potimarrons dessus et couvrez avec la partie supérieure des potimarrons.
À défaut de potimarrons, vous pouvez servir la crème de potiron dans des tasses chaudes.

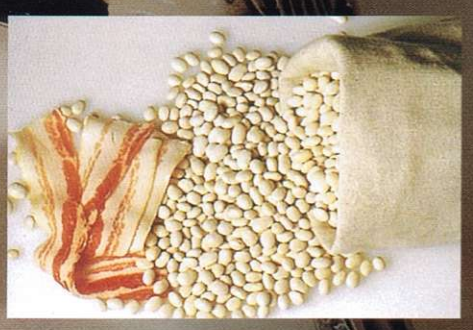
**10. Mettez le beurre coupé en dés, mélangez.**

**11. Versez la crème de potiron dans les potimarrons chauffés au four ou dans un four à micro-ondes.**

**12. Couvrez les potimarrons avec la partie supérieure réservée.**

# Crème légère

## DE HARICOTS COCOS AU LARD



### POUR 4 PERSONNES

150 g de haricots cocos secs
1/2 carotte
1/2 oignon piqué de 2 clous de girofle
3 gousses d'ail pelées
1 petit bouquet garni
50 g de couenne
25 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
8 cl de crème fraîche
30 g de beurre
Un peu de purée d'ail
Sel

Pour la finition
30 g de lard en tranches fines
20 g de truffe hachée
1 c. à c. de graisse d'oie
8 cl de crème fraîche, fouettée

Mettez les haricots cocos dans une casserole d'eau froide, portez à ébullition, puis refroidissez-les dans de l'eau froide et égouttez-les. Mettez-les de nouveau dans la casserole, ajoutez la carotte, l'oignon, l'ail, le bouquet garni et la couenne. Versez suffisamment d'eau pour couvrir les ingrédients.

Salez légèrement, couvrez et laissez frémir pendant environ 2 h. Vérifiez la cuisson en pinçant un haricot entre deux doigts : il doit se détacher de la peau.
Lorsque les haricots sont cuits et tendres, retirez la garniture aromatique, égouttez les haricots, puis passez-les au mixeur.

**1. Aux haricots cocos blanchis, ajoutez la garniture aromatique et la couenne, couvrez largement d'eau, couvrez et laissez cuire 2 h.**

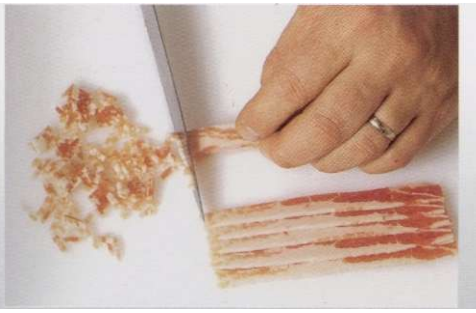
**2. Retirez la garniture aromatique et la couenne. Passez les haricots au mixeur.**

**3. Délayez la purée obtenue avec le consommé.**

Délayez la purée de haricot avec le consommé de volaille puis passez le tout au chinois. Ajoutez la crème fraîche et faites chauffer jusqu'à ébullition.
Mettez 30 g de beurre et un peu de purée d'ail dans la crème de haricots et mélangez.

Coupez les tranches de lard en lardons de 1 mm de large, mettez-les dans une sauteuse, ajoutez la graisse d'oie fondue, puis faites-les sauter en mélangeant doucement. Ajoutez la moitié de la truffe hachée, retirez du feu et couvrez pour enfermer les parfums.

**4. Passez au chinois.**



**5. Coupez le lard en lardons de 1 mm de large.**

**6. Faites sauter les lardons avec la graisse d'oie.**

Finition et dressage

Dans la sauteuse des lardons, versez la crème de haricots, mélangez, puis ajoutez la crème fraîche fouettée. Portez juste à ébullition.

Répartissez la crème de haricots dans des tasses chaudes, puis parsemez avec le reste de truffe hachée.

**7. Ajoutez aux lardons la moitié de la truffe hachée.**

**8. Versez la crème de haricots dans la sauteuse, puis ajoutez la crème fouettée.**

**9. Mettez la crème de haricots dans les tasses, parsemez du reste de truffe.**

# Soupe de fèves
## À LA SARRIETTE

POUR 4 PERSONNES

250 g de petites fèves (poids des fèves écossées)
60 cl de fond de blanc de volaille (voir p. 448)
10 g de Maïzena®
3 cl de crème fraîche
90 g de beurre
Sarriette fraîche
1 pincée de sucre
Sel
Poivre du moulin

Blanchissez les fèves dans de l'eau bouillante salée pendant 1 min, puis plongez-les dans de l'eau froide additionnée de glaçons. Egouttez les fèves, enlevez les peaux et les germes. Mettez-les de nouveau dans de l'eau bouillante salée et faites-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres.

Prélevez 20 g pour la garniture et mettez-les au réfrigérateur.

**1. Blanchissez les fèves, puis mettez-les dans de l'eau froide contenant des glaçons.**

**2. Enlevez les peaux et éliminez les germes.**

Mettez les fèves dans un mixeur, passez-les au tamis, puis mettez la purée dans une casserole.

**3. Mettez les fèves de nouveau dans de l'eau bouillante salée et faites-les cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres.**

**4. Après avoir mixé les fèves, passez-les au tamis.**

Portez le fond blanc à ébullition, versez-le dans la purée de fève tout en mélangeant avec un fouet à main. Ajoutez une pincée de sucre, remettez sur le feu, et faites cuire pendant 1 min, en laissant bouillir doucement.

**5. Ajoutez le fond blanc chaud dans la purée de fève et délayez en remuant.**

**6. Ajoutez une pincée de sarriette.**

Délayez la Maïzena® avec un peu d'eau froide, versez-la dans la soupe bouillante et mélangez bien avec le fouet.

Mettez une pincée de sarriette dans la soupe, ajoutez la crème fraîche, puis laissez bouillir doucement pendant 2 min. Écumez et passez au chinois.

**7. Ajoutez la crème fraîche et mélangez.**

**8. Faites cuire pendant 2 min en laissant bouillir légèrement.**

**9. Écumez et passez au chinois.**

Sarriette

**i ette herbe aromatique dont le parfum** est **proche de celui du thym est souvent utilisée dans les préparations comportant** des pois **frais ou secs et des fèves. Outre** son agréable **saveur, elle facilite la digestion** des féculents.

Dans la soupe passée au chinois, ajoutez 80 g de beurre, mélangez avec un mixeur plongeant, vérifiez l'assaisonnement et poivrez.
Ajoutez le reste du beurre aux **20** g de fèves réservées pour la garniture, faites-les chauffer quelques secondes et répartissez-les dans les assiettes.

Ajoutez 5 ou 6 feuilles de sarriette dans chaque assiette, faites réchauffer la soupe et versez-la sur les fèves.

**10. Ajoutez 80 g de beurre, mélangez avec un mixeur plongeant.**

**11. Versez la soupe sur les fèves réservées et quelques feuilles de sarriette.**

# Soupe chaude de foie gras

## À LA GELÉE DE POULE

POUR 4 PERSONNES

16 cl de gelée de poule (ingrédients ci-contre)
½ œuf
2 cl de jus de truffe

Pour l'appareil
75 g de foie gras cru
½ œuf
6 cl de crème fraîche
1 pincée de sucre
Sel
Poivre du moulin

Pour 3 l de gelée de poule
1 poule
1,2 kg de pattes de poule
2 carottes pelées
2 oignons pelés piqués avec 1 clou de girofle
1 branche de céleri
1 petit poireau épluché
1 bouquet garni
25 g de gingembre
25 g de gros sel
3 g de grains de poivre noir

Pour la clarification
350 g de blanc de poulet (sans peau)
1 carotte pelée
Le vert de 1 poireau
1 petite côte de céleri
1 queue de persil
500 g de blanc d'œuf

**Préparation de la gelée de poule**

Flambez les pattes de poule, enlevez les griffes et la peau. Videz la poule et bridez-la.
Mettez la poule et les pattes de poule dans une marmite d'eau, portez à ébullition et laissez blanchir pendant 3 min, en écumant soigneusement.

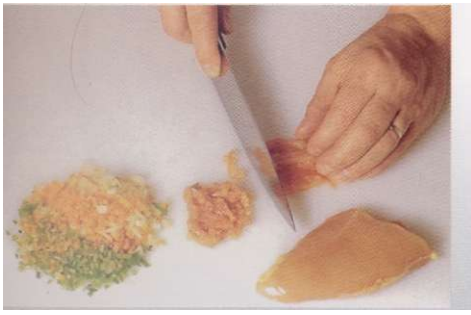
Égouttez-les, rafraîchissez-les sous l'eau froide, puis remettez-les dans la marmite rincée.
Ajoutez 5 l d'eau froide, les légumes, le bouquet garni, le gingembre, le gros sel et les grains de poivre. Portez à ébullition et laissez frémir pendant 7 h.
Passez au chinois, éliminez soigneusement la graisse flottant à la surface. Vous devez obtenir 3 l de bouillon.

**1. Après avoir fait cuire la poule et les pattes pendant 7 h, le bouillon est prêt.**

**2. Passez le bouillon au chinois.**

**Clarification du bouillon**

Hachez le blanc de poulet et les légumes, ajoutez les blancs d'oeufs légèrement fouettés, mélangez bien, puis ajoutez le tout dans le bouillon. Portez à ébullition en mélangeant sans arrêt.
Lorsque le liquide bout, arrêtez de mélanger, réduisez le feu et laissez cuire pendant 1 h 30 à feu doux, en versant de temps en temps le bouillon sur le blanc d'œuf qui remonte à la surface.



**3. Hachez le blanc de poulet et les légumes pour la clarification.**

**4. Ajoutez les blancs d'œufs légèrement fouettés au blanc de poulet et aux légumes hachés.**

Éteignez le feu, laissez reposer 15 min, puis filtrez dans une passoire tapissée d'une gaze.

Faites refroidir le bouillon clarifié. Vérifiez s'il est suffisamment gélifié, jusqu'à ce qu'il oscille. Si ce n'est pas le cas, faites-le réduire davantage.

**5. Puisez de temps en temps du bouillon et arrosez le blanc d'oeuf qui remonte à la surface et qui s'est solidifié.**

**6. Filtrez le bouillon clarifié dans une passoire tapissée d'une gaze.**

Préparation de l'appareil
Passez le foie gras au tamis fin, ajoutez du sel, du poivre, le sucre, l'œuf battu, et mélangez. Portez la crème fraîche à ébullition, ajoutez-la au foie gras et mélangez bien.

Passez au chinois.
Versez l'appareil obtenu dans 4 tasses, couvrez-les de papier aluminium et passez-les 17 min dans un four à vapeur à 80 °C (th. 2-3). Sortez les tasses du four, retirez immédiatement l'aluminium, laissez tiédir, puis mettez les tasses au réfrigérateur.

**7. Passez le foie gras au tamis fin.**

**8. Ajoutez la crème fraîche chaude au foie gras.**

**9. Mettez l'appareil dans les tasses, couvrez avec de l'aluminium ménager.**

Finition

Laissez fondre sans chauffer 16 cl de gelée de poule, ajoutez le jus de truffe et l'oeuf battu puis mélangez. Rectifiez l'assaisonnement et passez plusieurs fois au chinois.

Nappez le contenu des tasses avec cette gelée, couvrez d'aluminium ménager et faites cuire 16 min dans un four à vapeur à 87 "C. (th. 3).

Retirez l'aluminium et servez immédiatement.

**10. Ajoutez le jus de truffe à la gelée de poule.**

**11. Nappez le contenu des tasses avec la gelée.**

**12. Découvrez les tasses dès la sortie du four et servez sans attendre.**

# Soupe de légumes,
## FOIE GRAS ET TRUFFE

POUR 4 PERSONNES

60 g de foie gras cru
25 g de truffe
50 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
4 mini carottes avec leurs fanes
4 petits navets nouveaux avec leurs fanes
4 mini poireaux
4 asperges vertes fines
4 artichauts poivrade
8 pois mange-tout
40 petits pleurotes en forme d'huître
200 g de fèves (poids net écossées)
50 g de beurre
30 g d'oignon haché
½ gousse d'ail
10 g de gingembre en julienne fine
2 pincées de sucre
Sel
Poivre du moulin

Épluchez les carottes et les petits navets nouveaux en laissant 3 cm de fanes. Parez tous les légumes sauf les pleurotes. Faites cuire séparément chaque légume dans de l'eau bouillante salée pour qu'ils restent croquants. Rafraîchissez-les dans de l'eau froide, puis égouttez-les. Faites cuire les fèves dans de l'eau bouillante salée, enlevez les peaux, éliminez les germes et coupez-les en deux.

Faites fondre 10 g de beurre dans une casserole et faites-y suer l'oignon haché.
Coupez en petits dés le foie gras et la truffe.

**1. Parez tous les légumes. Rectifiez la forme des carottes et des navets en laissant les fanes.**

**2. Coupez en petits dés le foie gras et la truffe.**

Mettez l'ail, le gingembre et l'oignon dans le consommé. Laissez cuire de 10 à 15 min. Retirez alors l'ail, ajoutez les dés de truffe et laissez infuser quelques instants pour que le parfum se diffuse.

Faites fondre 40 g de beurre dans une poêle antiadhésive. Lorsqu'il commence à mousser, déposez les carottes, les navets, les poireaux, les asperges, les artichauts, les pois mange-tout et les fèves.

Arrosez-les avec le beurre fondu. Saupoudrez les navets et les carottes de sucre.

**3. Mettez l'oignon, l'ail et le gingembre dans le consommé.**

**4. Retirez l'ail et ajoutez les dés de truffe.**

**5. Lorsque le beurre commence à mousser, mettez les légumes. Saupoudrez les navets et les carottes de sucre.**

Faites bouillir doucement le consommé, plongez-y les pleurotes et les dés de foie gras, baissez le feu et rectifiez l'assaisonnement.

Répartissez les légumes dans des assiettes à soupe, en ajoutant des pleurotes, des dés de foie gras et de truffe en quantité égale. Remplissez de consommé. Poivrez et servez chaud.

**6. Ajoutez les pleurotes et les dés de foie gras dans le consommé bouillant.**

**7. Répartissez les légumes réchauffés au beurre dans des assiettes à soupe.**

**8. Ajoutez les pleurotes, les dés de foie gras et de truffe en quantité égale, puis remplissez les assiettes de consommé.**

# Consommé aux pleurotes, LANGOUSTINES ET SAINT-JACQUES

## POUR 4 PERSONNES

4 noix de Saint-Jacques
4 langoustines
4 huîtres spéciales n° 5
80 g de petits pleurotes
60 g de beurre mou
60 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
1/2 blanc de poireau
1/2 racine de gingembre
Cerfeuil
Sel
Poivre du moulin
40 g de beurre froid en dés

Lavez soigneusement les coquilles Saint-Jacques. Ouvrez-les et sortez les noix. Parez-les, rincez-les puis coupez chaque noix en 6 lamelles fines. Tartinez-les de beurre, salez et poivrez. Décortiquez les langoustines et coupez-les en deux dans l'épaisseur.

Retirez les huîtres de leur coquille, mettez-les dans une sauteuse, filtrez leur eau et ajoutez-la. Mettez quelques dés de beurre, poivrez, et faites-les cuire brièvement à feu doux. Retirez leur manteau.

**1. Lavez les Saint-Jacques, ouvrez les coquilles, retirez les noix.**

**2. Coupez chaque noix en 6 lamelles fines, beurrez-les. Coupez les langoustines en deux dans l'épaisseur.**

**3. Ajoutez aux huîtres leur eau filtrée et un peu de beurre, faites-les cuire brièvement à feu doux.**

Dans 4 bols à soupe résistant à la chaleur, mettez 6 lamelles de noix, I huître égouttée et 2 moitiés de langoustine. Poivrez. Réservez au réfrigérateur.

Coupez en fine julienne de 4 cm de long la partie blanche du poireau et le gingembre.

**4. Répartissez les noix de Saint-Jacques, les langoustines et les huîtres dans des bols à soupe résistant à la chaleur.**

**5. Poivrez le contenu des bols.**

**6. Coupez en julienne de 4 cm de long la partie blanche du poireau et le gingembre.**

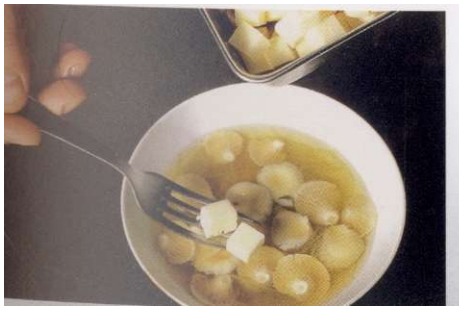
Faites bouillir le consommé, mettez dedans le poireau et le gingembre. Ajoutez les pleurotes, portez à ébullition, puis retirez du feu.

**7. Ajoutez au consommé bouillant la julienne de poireau et de gingembre.**

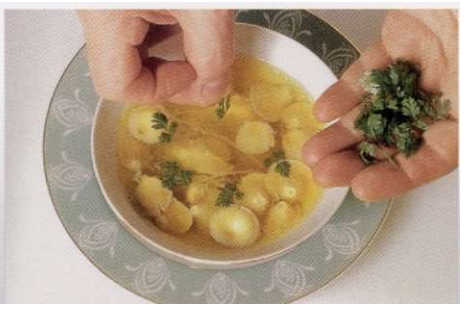
**8. Mettez les pleurotes, portez à ébullition.**

**9. Répartissez le consommé et les légumes dans les bols, sur les fruits de mer.**

Préchauffez le four à 280 "C (th. 10). Versez le consommé chaud dans les bols, en mettant en quantité égale le poireau, le gingembre et les pleurotes. Déposez des dés de beurre. Mettez au four et laissez dorer pendant 4-5 min.
Parsemez de feuilles de cerfeuil et servez chaud.

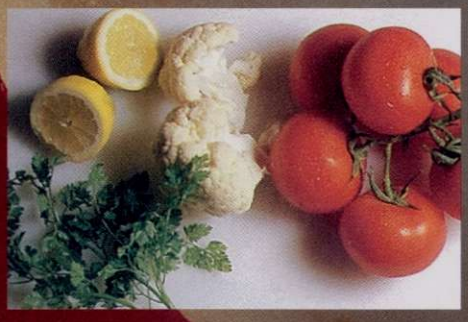


**10.** Posez des dés de beurre, faites dorer au four **a 280 °C (th. 10).**



**11. Parsemez de feuilles de cerfeuil.**

# Fondant de chou-fleur



POUR 4 PERSONNES

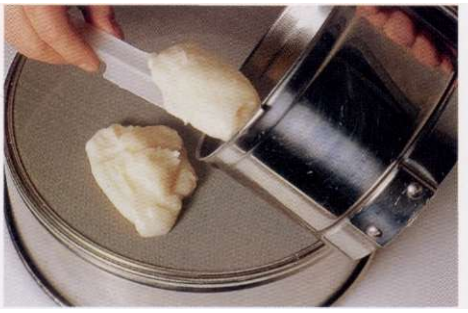
400 g de petits bouquets de chou-fleur
Le jus de 2 citrons
1 feuille de gélatine (2 g)
Curry en poudre
13 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
1 c. à s. de crème fraîche
9 cl de crème fraîche fouettée
2 gouttes de sauce pimentée (Tabasco®)
1 c. à s. de mayonnaise (voir p. 455)
Un peu de chlorophylle
Cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Pour le coulis de tomate
200 g de tomates mûres
25 g de concentré de tomate
2 c. à s. de tomato ketchup
7,5 cl de vinaigre de xérès
Quelques gouttes de sauce pimentée (Tabasco®)
5 cl d'huile d'olive

Préparation du fondant de chou-fleur
Rincez soigneusement le chou-fleur.
Faites bouillir de l'eau dans une casserole, salez et ajoutez le jus de citron. Plongez le chou-fleur dans l'eau bouillante et laissez-le cuire pendant 30 min.

Plongez-le ensuite dans de l'eau froide, puis égouttez-le soigneusement.
Passez le chou-fleur au mixeur puis au tamis.
Pesez-en 1**70** g net.
Faites tremper la gélatine dans de l'eau froide.

**1. Faites cuire le chou-fleur 30 min dans de l'eau bouillante salée et additionnée de jus de citron.**



**2. Tamisez le chou-fleur passé au mixeur.**

**3. Ajoutez un peu de curry en poudre au bouillon de volaille et portez à ébullition.**

Ajoutez un peu de curry en poudre dans le bouillon de volaille, portez à ébullition et faites réduire de moitié. Egouttez la gélatine, incorporez-la hors du feu et mélangez jusqu'à ce qu'elle ait complètement fondu.
Versez le bouillon sur la purée de chou-fleur tout en mélangeant avec un fouet. Ajoutez 1 c. à s. de crème fraîche et assaisonnez avec du sel, du poivre et du Tabasco®.

Incorporez environ 1**/3** de la crème fraîche fouettée, en mélangeant au fouet, puis ajoutez le reste de la crème fouettée avec une spatule. Laissez reposer ce fondant de chou-fleur pendant quelques heures au réfrigérateur.

4. Ajoutez la gélatine essorée au bouillon réduit de moitié et faites-la fondre en mélangeant au fouet.

5. Ajoutez à la purée de chou-fleur le bouillon contenant la gélatine et mélangez.

6. Incorporez environ 1/3 de la crème fraîche fouettée à la purée, en remuant avec le fouet.

Préparation du coulis de tomate
Ebouillantez les tomates puis plongez-les dans l'eau froide. Pelez-les, retirez les pépins et hachez grossièrement la pulpe. Passez-la au mixeur. Incorporez le concentré de tomate, le ketchup, le vinaigre de xérès et quelques gouttes de Tabasco®. Salez. Ajoutez l'huile d'olive, mélangez rapidement avec un mixeur plongeant et passez au chinois étamine. Rectifiez l'assaisonnement.

7. Mélangez le reste de la crème fouettée avec une spatule.

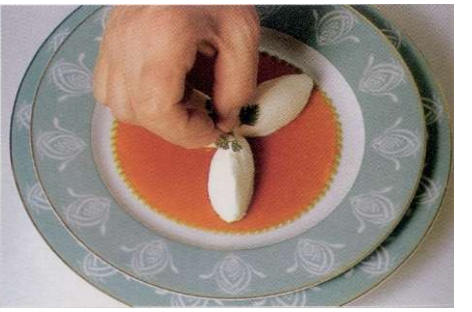
8. Passez le coulis de tomate au chinois étamine.

Finition et dressage
Versez le coulis de tomate dans les assiettes en dessinant un rond. Mélangez la mayonnaise et la chlorophylle, puis déposez-la à l'aide d'une poche à douille en formant des petits points verts réguliers tout autour du coulis.

Formez des quenelles avec le fondant de chou-fleur à l'aide de deux cuillères puis déposez-en 2 sur chaque assiette. Décorez avec des feuilles de cerfeuil.

9. Décorez le tour du coulis de tomate avec la mayonnaise colorée avec la chlorophylle.

10. Déposez sur le coulis de tomate le fondant de chou-fleur moulé en forme de quenelles.



11. Décorez avec des feuilles de cerfeuil.

# Fondant de poivron rouge

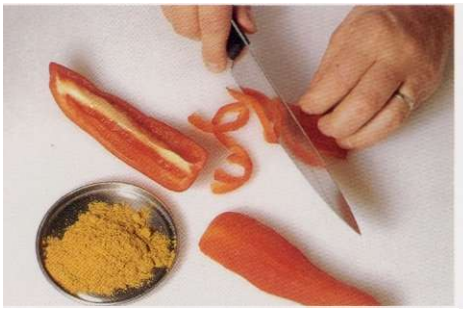
POUR 4 PERSONNES

500 g de poivrons rouges (poids net 350 g)
1,5 l de bouillon de volaille (voir p. 448)
Quelques gouttes de sauce pimentée (Tabasco®)
2 c. à c. de curry en poudre
2 feuilles de gélatine (4 g)
Quelques gouttes de sauce pimentée (Tabasco®)
8,5 cl de crème fraîche fouettée
1 c. à s. de mayonnaise (voir p. 455)
1 botte de persil plat
Cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Pour le coulis de tomate
200 g de tomates mûres
25 g de concentré de tomate
2 c. à s. de tomato ketchup
7,5 cl de vinaigre de xérès
Sauce pimentée (Tabasco®)
5 cl d'huile d'olive

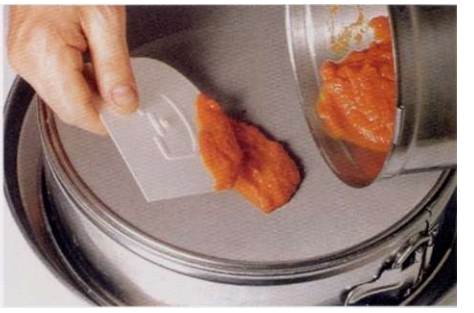
Préparation du fondant au poivron
Otez le pédoncule, les graines et les filaments blancs des poivrons. Pelez-les et coupez-les en lanières.
Portez le bouillon de volaille à ébullition, ajoutez le curry et assaisonnez. Jetez les poivrons dans le bouillon et laissez-les cuire 45 min.

Égouttez-les bien.
Passez les poivrons au robot, puis au tamis. Mesurez 16 cl de coulis de poivron et ajoutez quelques gouttes de Tabasco®.



**1. Après avoir ôté le pédoncule, les graines et les parties blanches des poivrons, pelez-les et émincez la pulpe.**

**2. Faites cuire les poivrons dans le bouillon de volaille additionné de curry,**



**3. Tamisez la pulpe de poivron passée au mixeur,**

Faites tremper quelques minutes la gélatine dans de l'eau froide. Égouttez-la et ajoutez-la au coulis de poivron chaud. Mélangez sur feu doux jusqu'à ce que la gélatine ait entièrement fondu. Retirez du feu. Versez le coulis dans un saladier. Lorsqu'il est devenu tiède, salez-le et poivrez-le. Mélangez 1/3 de la crème fraîche fouettée au coulis de poivron, puis incorporez le reste de la crème fouettée. Mettez au réfrigérateur.

Préparation du coulis de tomate
Ébouillantez les tomates, pelez-les, retirez les pépins et coupez la pulpe grossièrement. Passez-la au mixeur, ajoutez le concentré de tomate, le ketchup, le vinaigre de xérès et quelques gouttes de Tabasco®. Salez. Versez l'huile d'olive, mixez rapidement, passez au chinois étamine et rectifiez l'assaisonnement.

**4. Ajoutez la gélatine au coulis de poivron chaud.**

**5. Après avoir mélangé 1/3 de la crème fraîche fouettée au coulis de poivron, incorporez le reste de la crème.**

**6. Assaisonnez le coulis de tomate avec le ketchup et les autres ingrédients.**

**Préparation de la chlorophylle**

Passez au robot la botte de persil plat, versez la purée dans un torchon propre et pressez-le fortement pour en extraire le jus. Versez le jus dans un récipient au bain-marie à feu doux. Lorsque la chlorophylle est coagulée en surface, prélevez-la délicatement avec une cuillère et déposez-la sur un torchon.
Pressez à nouveau pour éliminer le jus restant. Récupérez la chlorophylle dans le torchon.

**7. Passez le coulis de tomate au chinois étamine.**

**8. Après avoir passé au robot le persil plat, mettez-le dans un torchon.**

**9. Tordez vigoureusement le torchon pour obtenir l'extrait de persil.**

**Finition et dressage**

Xappez les assiettes de coulis de tomate. Mélangez la mayonnaise et la chlorophylle, puis déposez-la autour du coulis en formant des petits points réguliers, à l'aide d'une poche à douille ou d'un cornet en papier sulfurisé.

Formez des quenelles avec la mousse de poivron rouge à l'aide de deux cuillères, déposez 3 quenelles sur chaque assiette en dessinant une étoile.

Décorez avec 3 pointes de feuilles de cerfeuil.

**10. Passez l'extrait de persil au bain-marie pour le solidifier.**

**11. Tordez à nouveau avec un torchon et recueillez la chlorophylle solidifiée.**

**12. Décorez le tour du coulis de tomate en déposant la mayonnaise à la chlorophylle à l'aide d'une poche à douille ou d'un cornet en papier sulfurisé, et déposez des quenelles de poivron rouge.**

# Fondant épicé

## AU CURRY D'AUBERGINE « MONT-CARMEL »

POUR 4 PERSONNES

6 aubergines
6 gousses d'ail
6,5 cl d'huile d'olive
1 pincée de curry de Madras en poudre
1 cl de jus de citron
45 g d'olives niçoises hachées
10 feuilles de menthe ciselées
Ciboulette ciselée
Sel
Poivre du moulin

Pour le coulis d'avocat
1 avocat
1 jaune d'œuf
Le jus de ½ citron
1 pincée de curry de Madras en poudre
1 pincée de sucre
7,5 cl d'huile d'olive
Un peu de fond de volaille (voir p. 448)
1,5 cl de crème fraîche
Sel
Poivre du moulin

Pour la finition
70 g de pain de mie
2 gousses d'ail
125 g de beurre clarifié
Ciboulette ciselée finement

Préparation du fondant d'aubergine
Préchauffez le four à 140 °C (th. 5). Lavez les aubergines et essuyez-les. Piquez-les de quelques coups d'aiguille. Pelez l'ail, coupez les gousses en deux et ôtez le germe. Piquez chaque aubergine avec 2 moitiés d'ail. Déposez les aubergines directement sur la grille du four et faites-les cuire de 40 à 50 min. Vérifiez la cuisson.

Lorsque les aubergines sont cuites, coupez l'extrémité dure et prélevez la chair à l'aide d'une cuillère. Coupez un tiers de la chair en dés de 5 mm et réservez-les.
Prenez un peu plus de 300 g de chair d'aubergine, faites-la sauter dans une sauteuse avec 2,5 cl d'huile d'olive chaude pour faire évaporer l'eau et la dessécher, en remuant à la spatule.

**1. Piquez 2 morceaux d'ail dans chaque aubergine, faites cuire au four, puis supprimez l'extrémité dure.**

**2. Retirez la chair d'aubergine, coupez-en un tiers en dés de 5 mm, et réservez 300 g à part.**

**3. Faites sauter 300 g d'aubergine avec 2,5 cl d'huile d'olive pour faire évaporer l'eau de végétation.**

Passez au robot la chair d'aubergine desséchée. Ajoutez le curry, le jus de citron, 2,5 cl d'huile d'olive, du sel, du poivre et les olives noires hachées. Mixez.

Dans une poêle antiadhésive, faites sauter les dés d'aubergine réservés avec 1,5 cl d'huile d'olive. Posez les dés d'aubergine sur une grille fine pour retirer l'excédent d'huile. Ajoutez-les à la chair d'aubergine mixée, mélangez avec la menthe et la ciboulette ciselées. Déposez 80 g de cette préparation sur chaque assiette.

**4. Passez au robot l'aubergine desséchée avec les épices, les assaisonnements et les olives noires.**

**5. Faites sauter à l'huile d'olive les dés d'aubergine, faites égoutter l'huile, ajoutez les dés à l'aubergine mixée.**

**6. Déposez 80 g de fondant d'aubergine dans chaque assiette.**

**Préparation du coulis d'avocat**

Coupez l'avocat en deux, retirez le noyau et prélevez la pulpe. Passez-la au mixeur avec le jus de citron, le jaune d'œuf, le curry et le sucre. Versez un filet d'huile d'olive tout en laissant le mixeur tourner. Vérifiez l'assaisonnement, délayez avec un peu de bouillon de volaille et passez au chinois étamine. Incorporez la crème fraîche. Pour éviter que la couleur ne s'altère, couvrez avec du film alimentaire. Réservez au réfrigérateur.

Coupez le pain de mie en carrés de 3 mm. Pelez l'ail, coupez les gousses en deux et retirez le germe. Faites chauffer le beurre clarifié dans une poêle avec l'ail. Ajoutez le pain et faites-le sauter jusqu'à ce qu'il soit doré. Versez ces croûtons sur une grille fine pour les égoutter. Jetez l'ail.

**7. Prélevez la pulpe de l'avocat.**

**8. Coupez le pain de mie en carrés de 3 mm de côté.**

**9. Après avoir fait dorer les croûtons avec l'ail dans le beurre clarifié, versez-les sur une grille fine et laissez-les égoutter.**

Nappez les fondants d'aubergine de coulis d'avocat. Parsemez régulièrement de croûtons et saupoudrez de ciboulette ciselée. Servez frais.

**10. Nappez les fondants d'aubergine de coulis d'avocat.**

**11. Parsemez régulièrement de croûtons.**

**12. Saupoudrez de ciboulette ciselée. Servez frais.**

# Soupe de légumes,

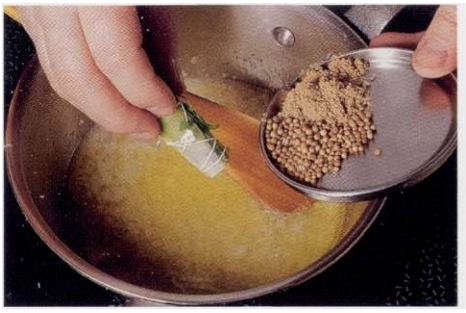
## FOIE GRAS ET TRUFFE

POUR 4 PERSONNES

60 g de foie gras cru
25 g de truffe
50 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
4 mini carottes avec leurs fanes
4 petits navets nouveaux avec leurs fanes
4 mini poireaux
4 asperges vertes fines
4 artichauts poivrade
8 pois mange-tout
40 petits pleurotes en forme d'huître
200 g de fèves (poids net écossées)
50 g de beurre
30 g d'oignon haché
½ gousse d'ail
10 g de gingembre en julienne fine
2 pincées de sucre
Sel
Poivre du moulin

Faites suer les oignons hachés avec 8 cl d'huile d'olive. Ajoutez le vin blanc, la coriandre en poudre, les graines de coriandre, le bouquet garni, du sel et du poivre. Faites bouillir pendant 2-3 min.

Ajoutez les champignons et la moitié du jus de citron dans le liquide bouillant, couvrez, et faites cuire à feu doux 4-5 min. Retirez les champignons et égouttez-les.



1. Versez le vin blanc sur les oignons sués avec l'huile d'olive, ajoutez la coriandre en poudre, les graines de coriandre et le bouquet garni.

2. Mettez les champignons et la moitié du jus de citron dans le liquide à ébullition, couvrez et laissez cuire 4-5 min.

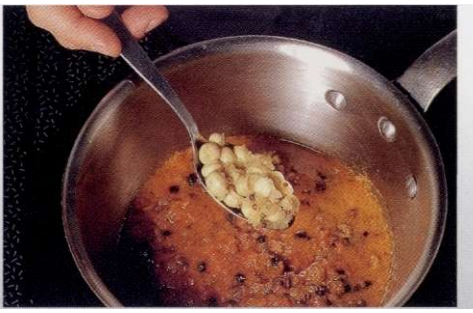
3. Retirez les champignons et égouttez-les.

C'est un petit artichaut cultivé essentiellement dans le Midi que l'on peut consommer cru.

Après avoir retiré les champignons, ajoutez les tomates concassées et les raisins secs dans la casserole. Laissez cuire 5-6 min en remuant de temps en temps.
Retirez le bouquet garni, remettez les champignons, retirez du feu et laissez refroidir.
Parez les artichauts, les asperges, les poireaux et les oignons.

Faites bouillir de l'eau avec un peu de sel et le reste du jus de citron. Versez-y le reste de l'huile d'olive et faites-y cuire les artichauts. Faites cuire les autres légumes, chacun séparément, dans de l'eau bouillante salée. Egouttez tous les légumes et laissez-les refroidir.
Coupez les artichauts en quatre^ Arrosez tous les légumes de vinaigrette.

4. Dans le jus de cuisson, mettez les tomates concassées et les raisins secs. Laissez cuire 5-6 min en remuant.



5. Après avoir retiré le bouquet garni, remettez les champignons dans la casserole, retirez-la du feu et laissez refroidir.

6. Déposez les petits légumes et les fèves cuits sur un plat, arrosez-les de vinaigrette en dessinant un cercle.

**Raisins de Smyrne**

11 raisins secs noirs qui ont le goût de muscat.

**Raisins de Corinthe**

Ces très petits raisins noirs sont produits principalement dans les îles de la mer Ionienne.

Disposez les champignons et les raisins sur les assiettes, puis rangez les artichauts, les asperges, les poireaux, les petits oignons et les fèves par-dessus. Saupoudrez de ciboulette ciselée et décorez avec des feuilles de menthe et de cerfeuil.

**7. Disposez les champignons et les raisins sur les assiettes et rangez harmonieusement les légumes dessus.**

**8. Saupoudrez de ciboulette ciselée et décorez avec des feuilles de menthe et de cerfeuil.**

# Étuvée de petites endives

## « LAURIER CORIANDRE »

### POUR 4 PERSONNES

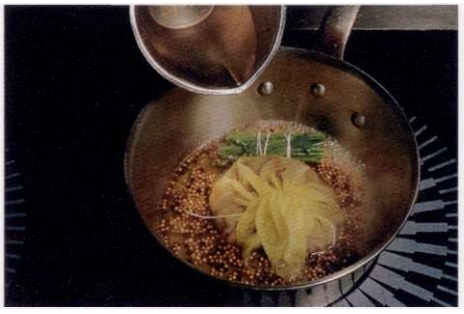
18 petites endives parées
2 cl d'huile d'olive
Cerfeuil
Poivre du moulin

Pour la marinade
75 g de raisins de Smyrne
15 cl d'eau
10 cl d'huile d'olive
Le jus de 3 citrons
1 bouquet garni
36 petites feuilles de laurier coupées en deux verticalement
10 g de gros sel
1 c. à s. de graines de coriandre
1 c. à s. de grains de poivre noir
6 clous de girofle
1 c. à c. de sucre
1 pincée de curry de Madras

Couvrez d'huile d'olive le fond d'un plat allant sur le feu. Rangez dedans les endives, les unes à côté des autres, en les serrant. Préchauffez le four à 180 "C (th. 6).

Préparation de la marinade
Blanchissez les raisins et enveloppez-les dans une gaze sans serrer. Nouez avec de la ficelle de cuisine. Mettez-les dans une casserole avec les autres ingrédients et faites chauffer le tout. Lorsque le liquide bout, réduisez le feu, couvrez et laissez cuire 10 min à feu doux.

**1. Les endives parées et les ingrédients de la marinade.**



**2. Préparez la marinade : blanchissez les raisins, enveloppez-les dans une gaze, mettez-les dans une casserole avec les autres ingrédients.**

**3. Après avoir porté le liquide à ébullition, laissez cuire 10 min à feu doux. Enlevez les feuilles de laurier et posez-les entre les endives.**

Enlevez les feuilles de laurier de la marinade, posez-les entre les endives puis parsemez uniformément de raisins.
Arrosez les endives avec la marinade chaude. Mettez le plat sur le feu, faites-le chauffer, puis couvrez-le avec du papier sulfurisé.

4. Sortez les raisins de la gaze, parsemez-en régulièrement sur les endives.

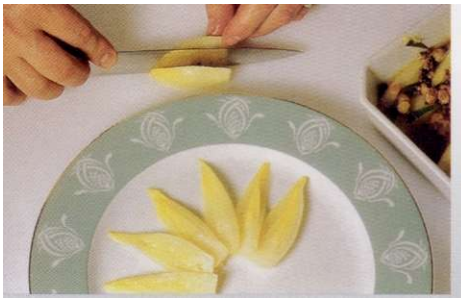
5. Arrosez les endives de marinade chaude.

Enfournez et faites cuire 15 min. Vérifiez que les endives sont cuites puis laissez-les dans la marinade jusqu'à ce qu'elles soient complètement froides.

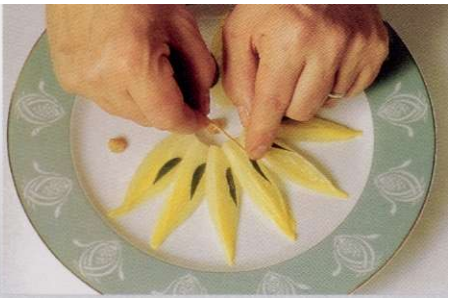
**6. Mettez le plat sur le feu et faites chauffer.**

**7. Couvrez de papier sulfurisé et faites cuire les endives au four 15 min.**

Enlevez le papier sulfurisé, égouttez les endives, coupez-les en deux verticalement et disposez-les sur les assiettes en étoile.



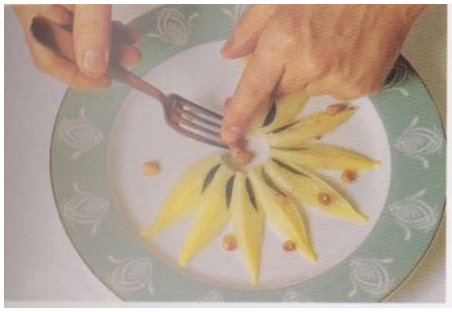
**.8. Égouttez les endives froides, coupez-les en deux verticalement, disposez-les en forme d'étoile.**



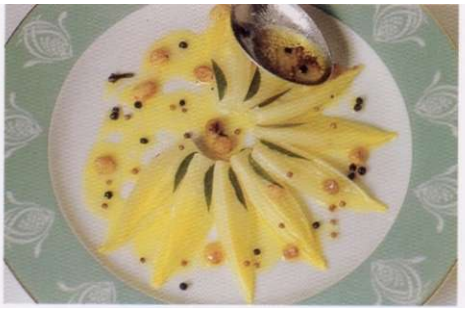
**9. Décorez avec des feuilles de laurier en les plaçant à la base des endives.**

**Finition**

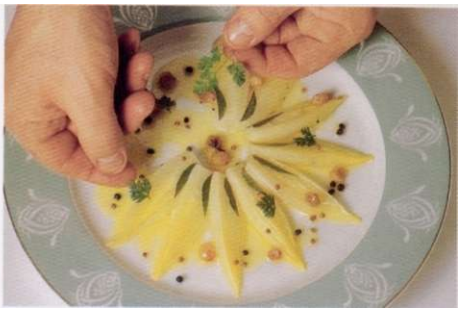
Décorez avec des feuilles de laurier en les mettant sur les endives, parsemez de raisins, de coriandre, de poivre noir et de clous de girofle, puis arrosez avec un peu dç marinade. Décorez avec des feuilles de cerfeuil et poivrez.



**10. Parsemez de raisins et d'épices de manière homogène.**



**11. Arrosez avec un peu de marinade.**



12. Colorez les assiettes avec une touche de cerfeuil.

# Œuf mollet et crème de céleri

## AU FUMET DE TRUFFE EN GELÉE

POUR 4 PERSONNES

4 œufs de 50 g
Vinaigre d'alcool coloré

Pour la gelée de poule
1 poule
1,2 kg de pattes de poule
2 carottes épluchées
2 oignons piqués de 2 clous de girofle
1 branche de céleri
1 bouquet garni
25 g de gingembre
25 g de gros sel
3 g de grains de poivre noir

Pour la clarification
350 g de blanc de poulet sans peau
1 carotte épluchée
Le vert de 1 poireau
1 côte de céleri
1 queue de persil
500 g de blanc d'œuf

Pour la crème de céleri
250 g de céleri-rave
25 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
2 g de curry
4 g de Maïzena®
1 jaune d'œuf
1 pincée de sel au céleri
1 goutte de sauce pimentée (Tabasco®)
6 cl de crème fraîche
6 cl de crème fraîche double

1 truffe en lamelles
5 cl de jus de truffe
10 cl de fond de veau

Pour la mousse de céleri
300 g de céleri-rave en dés
25 cl d'eau
25 cl de lait
2 feuilles de gélatine (4 g)
5 cl de bouillon de poule (voir p. 448)
Curry en poudre
2 gouttes de sauce pimentée (Tabasco®)
1 pincée de sel au céleri
12,5 cl de crème fraîche fouettée
10 g de truffe hachée

Fumet de truffe
40 cl de gelée de poule (voir p. 449)
10 g de truffe hachée

Préparation de la gelée de poule
Flambez la poule pour enlever les plumes restantes et retirez la peau et les griffes des pattes. Videz la volaille et bridez-la.
Blanchissez la poule et les pattes pendant 30 min en écumant soigneusement.
Plongez la poule et les pattes dans de l'eau froide puis rincez-les.

Mettez dans une marmite 5 l d'eau froide, la poule et les pattes blanchies, puis ajoutez les légumes, le bouquet garni, le gingembre, le gros sel et le poivre noir. Portez à ébullition **à** feu vif, réduisez le feu et laissez frémir pendant 7 h. Pendant cette cuisson, écumez et dégraissez soigneusement **à** plusieurs reprises. Passez au chinois. Vous obtenez ainsi 3 I de bouillon.

**1. Vous obtenez le bouillon en faisant cuire pendant 7 h la poule et les pattes blanchies avec les légumes, le bouquet garni, le gingembre, le gros sel et le poivre noir.**

**2. Hachez les légumes et le blanc de poulet destinés à la clarification du bouillon.**

**3. Mélangez les blancs d'œufs avec les légumes et le blanc de poulet haché, ajoutez un peu de bouillon et versez le tout dans le bouillon.**

Clarification du bouillon
Hachez le blanc de poulet et les légumes destinés à la clarification, mélangez, ajoutez-y les blancs d'oeufs battus à la fourchette et mélangez bien. Versez un peu de bouillon sur ce mélange, remuez puis versez dans le bouillon. Portez à ébullition en mélangeant. Réduisez le feu et laissez cuire environ 1 h 30. Pendant cette opération, faites un trou **à** la surface dans la couche d'ingrédients qui se sont solidifiés en absorbant des impuretés et puisez du bouillon. Arrosez-en la croûte formée **à** la surface, puis retirez-le du feu et laissez reposer **15** min. Filtrez. Lorsque le bouillon est refroidi, vérifiez s'il s'est légèrement gélifié. Si tel n'est pas le cas, faites-le réduire davantage.

Préparation du fumet de truffe
Mettez 40 cl de gelée de poule dans une casserole, faites-la fondre à feu doux, ajoutez la truffe hachée, couvrez et laissez infuser hors du feu 30 min pour que le parfum se diffuse. Passez **à** l'étamine fine.

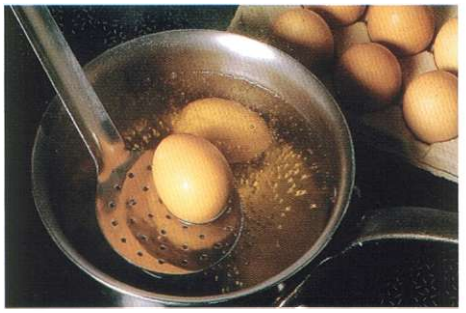
4. **Préparation** du fumet de truffe : faites fondre **la gelée de** poule à feu doux et ajoutez la truffe **hachée.**

5. Couvrez et laissez infuser 30 min pour que le parfum se diffuse.

6. Passez la gelée à l'étamine fine (fumet de truffe).

Préparation des œufs mollets
Faites bouillir de l'eau, ajoutez le vinaigre d'alcool coloré, déposez les œufs dans le liquide bouillant et laissez-les cuire 4 min. Plongez-les dans de l'eau froide puis écalez-les avec précaution.

Préparation de la crème de céleri
Coupez le céleri-rave en dés. Portez le bouillon de volaille à ébullition, ajoutez le curry et les dés de céleri, puis couvrez et laissez cuire.



7. Plongez les œufs dans de l'eau bouillante additionnée de vinaigre et laissez-les cuire 4 min.

**8. Coupez en dés 250 g de céleri-rave destiné à la crème de céleri et faites-les cuire dans le bouillon parfumé avec le curry.**

**9. Passez le contenu de la casserole à l'étamine.**

Lorsqu'il est cuit, passez le céleri à l'étamine avec un torchon en le tordant vigoureusement. Faites réduire de moitié le liquide obtenu, puis liez-le avec la Maïzena® délayée dans I c. à s. d'eau froide.

10. Tordez vigoureusement l'étamine contenant le céleri.

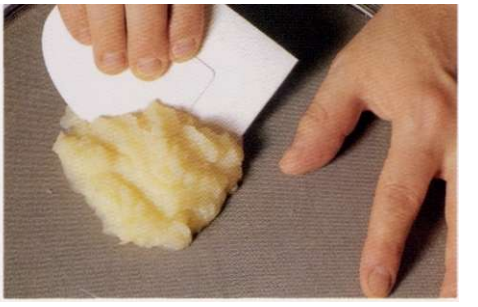
11. Liez le bouillon passé à l'étamine avec la Maïzena® délayée dans un peu d'eau froide.

Ajoutez le mélange de crème fraîche et de jaune d'œuf, remuez, et faites cuire sur feu doux comme une crème anglaise. Passez-le au chinois étamine puis laissez refroidir. Vérifiez l'assaisonnement, rectifiez-le avec du sel au céleri et du Tabasco®.
Incorporez au besoin de la crème double afin que la crème de céleri soit suffisamment onctueuse pour napper.

Préparation de la mousse de céleri
Faites cuire le céleri-rave dans l'eau et le lait bouillants. Égouttez-le, passez-le au mixeur pour le réduire en purée, puis passez cette purée au tamis. Pesez-en 250 g.

**12. Ajoutez le mélange de jaune d'œuf et de crème fraîche, et faites cuire en remuant comme une crème anglaise.**

**13. Faites cuire le céleri-rave destiné à la mousse de céleri dans l'eau et le lait bouillants jusqu'à ce qu'il soit tendre.**



**14. Mixez le céleri et passez-le au tamis pour le réduire en une purée lisse.**

Faites tremper la gélatine dans de l'eau froide quelques minutes, égouttez-la et faites-la fondre dans 5 cl de bouillon de poule chaud.
Ajoutez la gélatine à la purée de céleri, assaisonnez avec du curry, le Tabasco® et le sel au céleri.

**15. Ajoutez la gélatine trempée et égouttée dans le bouillon de volaille chaud.**

**16. Versez dans la purée de céleri le bouillon avec la gélatine fondue et mélangez bien avec un fouet.**

Mélangez avec la crème fraîche fouettée et la truffe hachée. Vérifiez l'assaisonnement. Déposez 80 g de mousse dans chaque assiette. Laissez refroidir pour qu'elle se solidifie.

**17. Ajoutez à la purée de céleri la crème fraîche fouettée.**

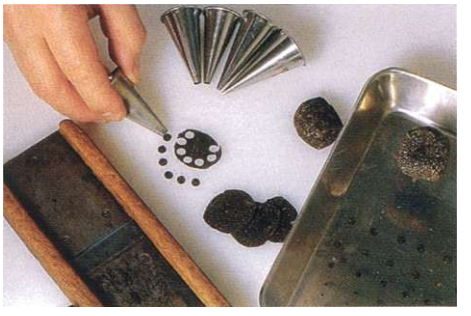
Lorsque le mélange est solidifié, versez dans chaque assiette 10 cl de fumet de truffe et laissez-le à nouveau solidifier.

**18. Mélangez la truffe hachée à la purée et déposez 80 g de purée dans chaque assiette. Laissez solidifier.**

Préparation de la décoration
Coupez les lamelles de truffe à l'aide d'emporte-pièce ronds de 5 diamètres différents et 4 fois le même diamètre.

Mélangez le jus de truffe et le fond de veau, faites réduire en glace et passez au chinois.

**19. Sur la surface de la mousse solidifiée, versez respectivement 10 cl de fumet de truffe et solidifiez-les.**

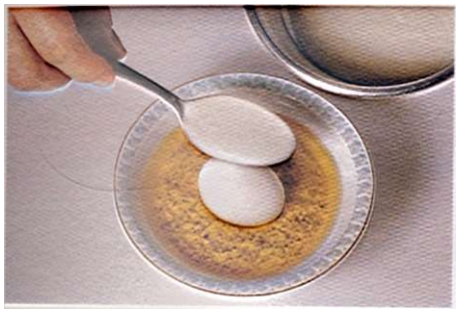


**20. À l'aide d'emporte-pièces ronds de diamètres différents (2 cm, 3 cm, 4 cm, 5 cm et 6 cm), découpez 4 disques de chaque diamètre dans les lamelles de truffe.**

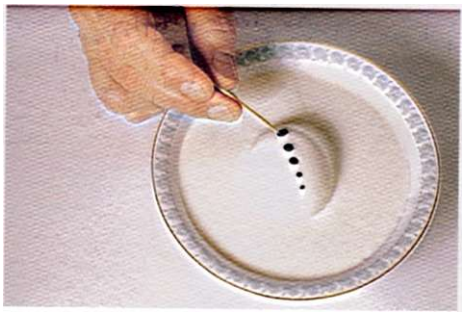
**21. Puisez la partie centrale de la mousse solidifiée obtenue par le fumet de truffe puis posez un œuf mollet dedans.**

Finition

Creusez la **partie centrale de la** mousse de **céleri** solidifiée **et déposez-y un œuf mollet. Nappez** de **crème de céleri, décorez l'œuf en superposant** dessus **5 disques de truffe de différents diamètres. Déposez la glace de viande sur la crème à l'aide d'une poche à douille en dessinant des points et créez des motifs en les étirant avec** un **couteau.**



**22. Nappez de crème de céleri sur l'ensemble.**



**23. Déposez les cercles découpés de truffe du plus petit au plus grand verticalement.**

**24. Déposez de la glace de viande en dessinant des points, puis étirez-les avec un couteau pour créer des motifs.**

# « Millefeuille »
## DE TOMATE AU CRABE

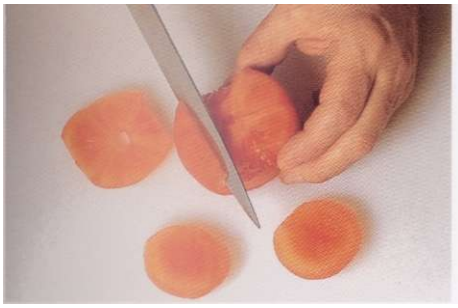
### POUR 4 PERSONNES

16 grosses tomates
240 g de chair de crabe
Le corail et les parties crémeuses de 1 crabe
Curry en poudre
Le jus de 1 citron
1 c. à c. d'estragon haché finement
4 c. à s. de sauce mayonnaise (voir p. 455)
à l'huile de pépin de raisin
10 feuilles de laitue
½ botte de cresson
1 avocat
1 pomme Granny Smith
10 cl de vinaigre de xérès
10 cl d'huile d'olive
15 cl de vinaigrette
Un peu de chlorophylle (voir p. 73)
Fleur de sel de Guérande
8 feuilles de cerfeuil
Poivre du moulin

Pour le coulis de tomate
35 g de concentré de tomate (voir p. 455)
50 g de tomato ketchup
7,5 cl de vinaigre de xérès
Sauce pimentée (Tabasco®)
7,5 cl d'huile d'olive
Sel au céleri
Poivre du moulin

Ébouillantez les tomates, pelez-les, coupez la pulpe extérieure en 16 quartiers de 5 cm de large et de 12 cm de long. Déposez ces quartiers de tomate entre 2 plats ou 2 planches de bois et laissez-les 2-3 h pour les aplatir.

Réservez le reste des tomates pour le coulis. Passez au tamis le corail et les parties crémeuses du crabe.



**1. Ébouillantez les tomates, pelez-les, coupez la pulpe en 16 quartiers de 5 cm de large et de 12 cm de long.**

**2. Placez-les côte à côte entre 2 plats ou 2 planches en bois et laissez-les 2-3 h pour les aplatir.**

**3. Passez au tamis le corail et les parties crémeuses du crabe.**

Mélangez la chair de crabe avec un peu de curry, le jus de citron, l'estragon, 3 c. à s. de mayonnaise, le corail et les parties crémeuses tamisés. Mélangez et réservez au frais.

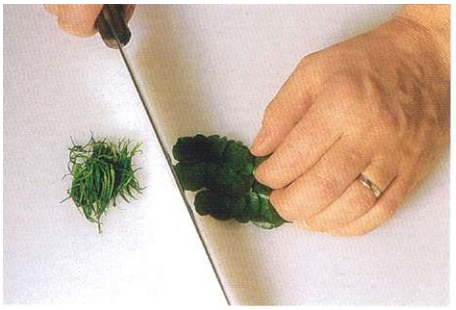
**4. Assaisonnez la chair de crabe avec du curry en poudre, le jus de citron, l'estragon et 3 c. à s. de mayonnaise.**

**5. Ajoutez à la chair de crabe le corail et les parties crémeuses tamisés.**

**6. Ciselez finement les feuilles de laitue.**

Ciselez les feuilles de laitue et le cresson.
Coupez la pomme et l'avocat en dés de 5 mm.

Préparation du coulis de tomate
Épépinez les tomates déjà découpées et taillez suffisamment de pulpe pour en obtenir 200 g. Passez cette pulpe au robot. Pendant que le robot fonctionne, ajoutez successivement le concentré de tomate, le ketchup, le vinaigre de xérès, du Tabasco®, le sel au céleri et du poivre. Versez l'huile d'olive en dernier.



7. Ciselez également le cresson.

8. Coupez en dés de 5 mm la pomme et l'avocat.

9. Préparation du coulis de tomate avec les tomates découpées : passez la pulpe au robot, puis ajoutez un à un les condiments.

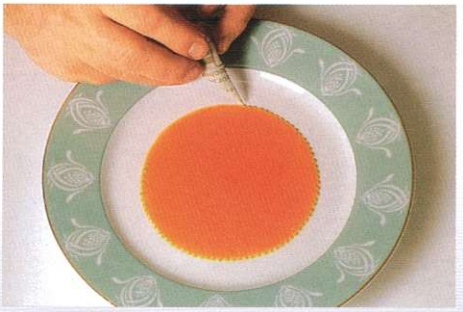
## Pomme Granny Smith

Il s'agit d'un cultivar de pomme d'origine australienne. La saison de cette pomme s'étend en France de novembre à mars. La couleur de la peau est verte, proche de la menthe poivrée, et la chair est ivoire. Avec son goût peu sucré et acidulé, cette pomme convient bien à la cuisine.

Passez le coulis de tomate au chinois étamine. Vérifiez l'assaisonnement et rectifiez-le. Réservez au frais.
Un peu avant de servir, disposez le coulis de tomate sur les assiettes. Mélangez de la chlorophylle à 1 c. à s. de mayonnaise, et déposez des petits points réguliers autour du coulis de tomate à l'aide d'une poche à douille.

Préparez une vinaigrette avec un peu d'huile d'olive, de vinaigre de xérès, du poivre et de la fleur de sel. Assaisonnez-en les quartiers de tomate aplatis.
Assaisonnez séparément la laitue et le cresson ciselés avec de la vinaigrette. Mélangez la pomme et l'avocat et assaisonnez-les également avec de la vinaigrette.

10. Passez le coulis au chinois étamine.



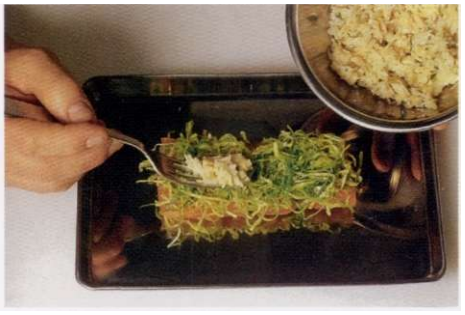
11. Disposez le coulis sur les assiettes, déposez tout autour des petits points avec la mayonnaise additionnée de chlorophylle.

12. Assaisonnez séparément la laitue et le cresson ciselés avec de la vinaigrette.

Préparation du millefeuille
Parsemez **de laitue un quartier de tomate aplati,** déposez **de la chair de crabe assaisonnée dessus** et **étalez-la.**

**13. Mélangez la pomme et l'avocat, et assaisonnez-les avec de la vinaigrette.**

**14. Parsemez de laitue un quartier de tomate aplati.**



**15. Déposez de la chair de crabe assaisonnée par-dessus et étalez-la en couche uniforme.**

Posez un **autre quartier de tomate sur le crabe,** parsemez **de cresson, déposez du mélange de** pomme **et d'avocat dessus et étalez-le. Posez** ensuite **dans l'ordre un quartier de tomate,** parsemez **de laitue et couvrez de chair de crabe.**

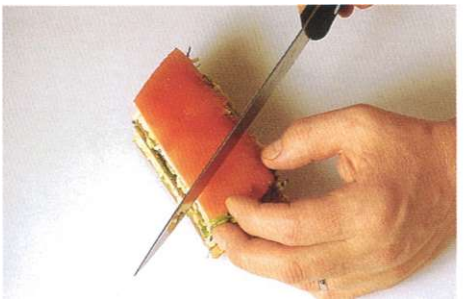
**16. Posez un 2$^{e}$ quartier de tomate, parsemez de cresson assaisonné.**

**17. Déposez du mélange de pomme et d'avocat par-dessus, étalez-le.**

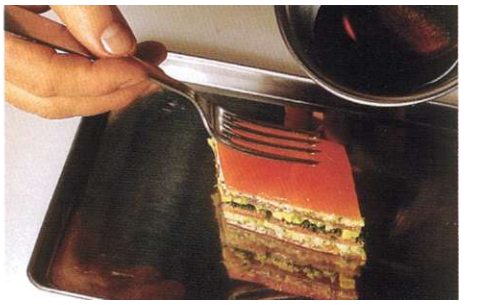
**18. Posez un 3$^{e}$ quartier de tomate, parsemez de laitue, puis couvrez de chair de crabe comme pour le 1$^{er}$ quartier.**

Pour finir, posez un quartier de tomate.
Préparez encore 3 millefeuilles de la même manière. Coupez les 4 millefeuilles en forme de losange, arrosez d'huile d'olive et de vinaigre de xérès à l'aide d'une fourchette et parsemez de fleur de sel.

**19. Pour finir, posez un 4e quartier de tomate.**

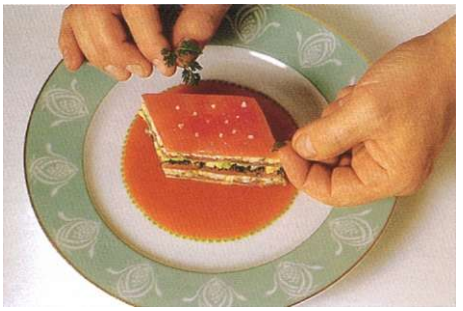


**20. Coupez les bords pour obtenir un losange.**



**21. Arrosez le dessus du millefeuille successivement d'huile d'olive et de vinaigre de xérès à l'aide d'une fourchette.**

Finition
Déposez un millefeuille au centre de chaque assiette, sur le coulis de tomate. Parsemez de fleur de sel. Décorez 2 angles avec du cerfeuil
Servez frais.



22. Parsemez de fleur de sel, décorez 2 angles avec du cerfeuil. Servez frais.

# Gelée de caviar

## À LA CRÈME DE CHOU-FLEUR

### POUR 4 PERSONNES

80 g de caviar
500 g de carapaces de homard
30 g d'oignon
30 g de fenouil
20 g de céleri branche
30 g de carotte
50 g d'échalote
1 gousse d'ail
1 petit bouquet garni (thym, estragon, queues de persil, vert de poireau)
1 c. à s. bombée de concentré de tomate
7 cl d'huile d'olive
1 c. à s. de mayonnaise (voir p. 455)
Chlorophylle (voir p. 73)
Cerfeuil
Sel
Poivre mignonnette

Pour 2,5 l de gelée de veau (voir p. 449)
1 pied de veau
30 g de gros sel

Pour la clarification
Le blanc de 1 gros œuf
1 c. à s. de vert de poireau haché grossièrement
1 c. à s. de carotte hachée grossièrement
1 c. à s. de céleri branche haché grossièrement
3 glaçons
1 pointe d'anis étoilé

Pour 20 cl de crème de chou-fleur
800 g de chou-fleur
60 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
1 pincée de curry en poudre
30 g de Maïzena®
1 jaune d'œuf
10 cl de crème fraîche
5 cl de crème fraîche double

Préparation de la gelée de veau
Fendez le pied en deux, autour de l'os.
Mettez le pied de veau dans une casserole, couvrez d'eau et salez. Portez à ébullition, laissez bouillir doucement pendant 2 min, retirez du feu, placez la casserole sous le robinet d'eau froide et passez le pied de veau sous l'eau courante.
Remettez le pied de veau dans la casserole avec 30 g de gros sel et 4 l d'eau. Portez à ébullition et laissez cuire à petits bouillons pendant 3 h.
Passez au chinois.

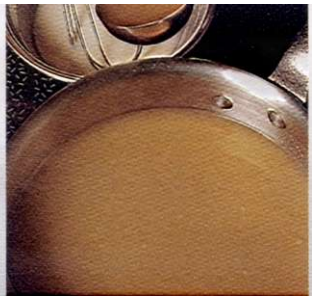
**1. Ajoutez au pied de veau 4 l d'eau et 30 g de gros sel, laissez cuire pendant 3 h à petits bouillons.**

**2. Passez la gelée de veau au chinois.**

**3. Ajoutez au chou-fleur le bouillon de volaille et le curry en poudre, faites cuire pendant 20 min.**

Préparation de la crème de chou-fleur
Séparez le chou-fleur en bouquets. Blanchissez-les pendant 2-3 min dans de l'eau bouillante salée, rafraîchissez-les dans de l'eau froide et égouttez-les.
Ajoutez au chou-fleur 60 cl de bouillon de volaille et 1 pincée de curry en poudre. Faites cuire pendant 20 min.
Passez le chou-fleur à l'étamine en foulant.
Faites réduire le bouillon obtenu jusqu'à 50 cl.
Délayez la Maïzena[18] avec 4 c. à s. d'eau.
Ajoutez-y 1 petite louche de bouillon de chou-fleur et mélangez avec un fouet.
Faites bouillir le reste du bouillon et incorporez le mélange de Maïzena® sans cesser de mélanger avec le fouet. Faites bouillir pendant 3 min.
Mettez le jaune d'œuf et 10 cl de crème fraîche dans un saladier puis mélangez. Mettez-y 1 petite louche de bouillon chaud et mélangez de nouveau. Versez doucement le contenu du saladier dans le bouillon. Faites chauffer en mélangeant au fouet. Retirez du feu dès l'apparition de l'ébullition.

**4. Passez le chou-fleur à l'étamine en foulant.**



**5. Ajoutez du bouillon de chou-fleur à la Maïzena®.**

**6. Ajoutez 1 petite louche de bouillon de cnou-fleur chaud au mélange de jaune d'œuf et de crème fraîche, en remuant.**

Finition de la crème de chou-fleur
Mixez la crème de chou-fleur liée, passez-la au chinois, et rectifiez l'assaisonnement. Laissez-la refroidir complètement au réfrigérateur.
Vérifiez la consistance de la crème puis rectifiez-la en ajoutant de la crème double si elle n'est pas assez nappante.

Finition de la gelée
Désossez 1/2 pied de veau cuit et coupez la chair en petits dés.
Mesurez 1,25 l de gelée de veau.
Concassez les carapaces de homard, faites-les sauter à feu vif dans 5 cl d'huile d'olive.

**7. Faites chauffer la crème de chou-fleur en mélangeant au fouet jusqu'à ébullition. Mixez la préparation. Passez au chinois étamine. Rectifiez l'assaisonnement si nécessaire.**

**8. Laissez refroidir complètement, puis rectifiez sa consistance en ajoutant de la crème double.**

**9. Faites sauter les carapaces de homard concassées dans de l'huile d'olive.**

Coupez en mirepoix 50 g d'échalote, 30 g de carotte, 20 g de céleri, 30 g de fenouil et 30 g d'oignon. Faites suer pendant 5 min avec 2 cl d'huile d'olive à feu moyen, en évitant que les légumes ne blondissent.
Ajoutez cette mirepoix aux carapaces de homard, ainsi que l'ail et le bouquet garni. Salez.

Ajoutez du poivre mignonnette, le concentré de tomate et mélangez.
Ajoutez 1,25 l de gelée de veau et les dés de chair. Portez lentement à ébullition, puis laissez frémir pendant 20 min à feu doux, en écumant de temps en temps.

**10. Faites suer les légumes en mirepoix pendant** 5 min **en évitant de les laisser blondir.**

**11. Ajoutez la mirepoix aux carapaces de homard. Salez. Ajoutez du poivre mignonnette et le concentré de tomate.**

**12. Versez la gelée de veau et les dés de chair.**

20 min plus tard, passez au chinois ou à la passoire étamine le contenu de la casserole, au-dessus d'une autre casserole.
Remettez sur le feu et faites réduire le liquide jusqu'à 50 cl. Pendant la réduction, il faut impérativement enlever régulièrement l'écume et la graisse qui montent à la surface de la gelée.

Retirez la casserole du feu, faites refroidir la gelée. Ôtez encore une fois la graisse qui est montée à la surface.

Préparation des ingrédients destinés à la clarification
Mettez le blanc d'oeuf dans un saladier, ajoutez 1 c. à s. d'eau froide et fouettez-le pour le casser.
Ajoutez le poireau, la carotte et le céleri hachés grossièrement, mélangez, puis ajoutez les glaçons pilés.

**13. Mettez la gelée dans une autre casserole en la filtrant.**

**14. Ajoutez les glaçons pilés aux ingrédients destinés à la clarification.**

Portez à nouveau à ébullition la gelée froide dégraissée. Versez 1 louche de gelée chaude sur les ingrédients destinés à la clarification en mélangeant bien. Mettez le tout dans la casserole de gelée et continuez de mélanger doucement avec une spatule jusqu'à ébullition.
Ajoutez l'anis étoilé et faites bouillir doucement jusqu'à ce que la gelée soit complètement clarifiée.

Mouillez une étamine, tordez-la bien, étalez-la sur une passoire, versez doucement la gelée clarifiée pour tamiser. Faites refroidir la gelée et mettez-la au réfrigérateur.

15. Ajoutez 1 louche de gelée chaude aux ingrédients destinés à la clarification et mélangez.

16. Passez doucement la gelée clarifiée à l'étamine.

Finition et dressage

Réchauffez **légèrement la gelée pour qu'elle** soit liquide **(elle reste froide, mais se liquéfie).**

Mettez au **fond de 4 bols à consommé 20 g de** caviar en **formant un dôme.**

Sur le **caviar, versez 10 cl de gelée dans chaque** récipient, **puis mettez au réfrigérateur.**

**17. Mettez du caviar dans les bols à consommé,** en formant **un dôme.**

**18. Versez de la gelée juste liquéfiée. Laissez prendre au réfrigérateur.**

**19. Versez de la crème de chou-fleur sur la gelée prise. Mettez de nouveau au réfrigérateur.**

**Versez 5 cl de crème de chou-fleur sur la gelée prise. Laissez au réfrigérateur jusqu'au moment de servir. Déposez tout autour des petits points réguliers de mayonnaise additionnée de chlorophylle.**

**Terminez avec des feuilles de cerfeuil.**

**20. Sur la crème refroidie, déposez des points de mayonnaise à la chlorophylle à l'aide d'un cornet en papier sulfurisé.**

# Frivolité

## DE SAUMON AU CAVIAR

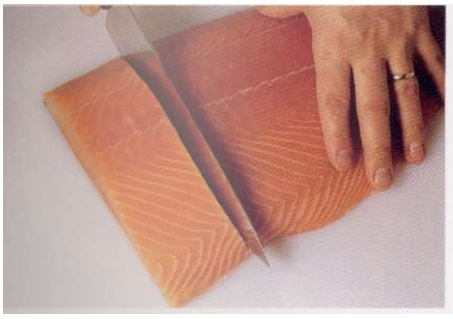
### POUR 4 PERSONNES

1 pavé de saumon fumé sans peau (pour 8 tranches fines de 10 × 5 cm et de 1 mm d'épaisseur + 70 g pour la purée de saumon)
40 g de caviar
30 g de crevettes grises
1,5 feuille de gélatine (3 g)
13 cl de crème fraîche très froide
Sauce pimentée (Tabasco®)
Sauce Worcestershire®
4 petites tomates
8 petites feuilles de cresson
2 petits citrons verts coupés d'une manière décorative
1 c. à c. de ciboulette ciselée
Le zeste de 1 citron en brunoise
Raifort
Quelques feuilles d'aneth
Sel
Poivre du moulin

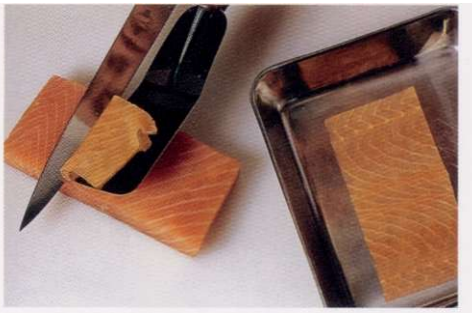
Coupez le saumon fumé en filets de 5 cm de large, égalisez pour qu'ils soient de la même épaisseur. Laissez-les refroidir au réfrigérateur.

Préparation du bouillon de crevette
Rincez les crevettes grises, mettez-les dans une casserole avec 12 cl d'eau, et portez à ébullition. Faites cuire 20 min en maintenant une légère ébullition, puis laissez infuser 10 min hors du feu. Passez les crevettes au chinois à étamine fine : vous obtenez 10 cl de bouillon. Faites-le réduire jusqu'à 5 cl.

Tranchez dans l'épaisseur les filets de saumon fumé bien froids en 8 lamelles fines de 10 cm x 5 cm et de 1 mm d'épaisseur. Aplatissez chaque lamelle et posez-les sur du film alimentaire.
Faites tremper la gélatine dans de l'eau froide. Égouttez-la, ajoutez-la au bouillon de crevette chaud et mélangez jusqu'à ce qu'elle ait fondu.



**1. Coupez le saumon fumé en filets d'une largeur de 5 cm, en égalisant l'épaisseur. Gardez-les au froid.**



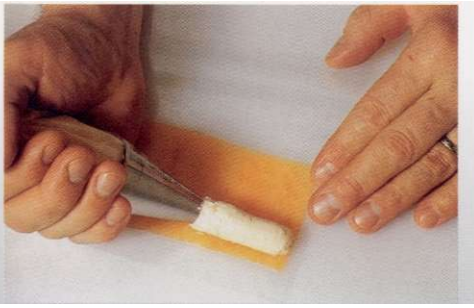
**2. Tranchez dans l'épaisseur les filets de saumon fumé froids en 8 lamelles de 10 cm x 5 cm et de 1 mm d'épaisseur.**

**3. Mettez la gélatine égouttée dans le bouillon de crevette et faites-la fondre.**

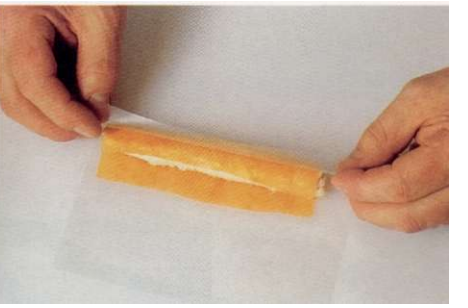
Passez au tamis fin 70 *g* du saumon restant puis ajoutez-le au bouillon de crevette.
Fouettez 10 cl de crème fraîche dans un saladier froid. Mélangez-la doucement à la purée de saumon. Assaisonnez avec du sel, du poivre et, si vous le souhaitez, avec du Tabasco® et de la sauce Worcestershire®.

Déposez cette mousse de saumon à l'aide d'une poche à douille sur les lamelles rectangulaires de saumon, roulez celles-ci en forme de cigare d'une longueur de 10 cm, avec le film alimentaire. Réservez-les au réfrigérateur.

**4. Après avoir ajouté la purée de saumon, mélangez la crème fraîche fouettée (mousse).**



**5. Déposez la mousse sur 8 lamelles rectangulaires de saumon avec une poche à douille.**



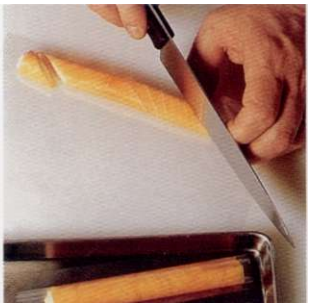
**6. Roulez le saumon en forme de cigare.**

Pelez les tomates avec un couteau en un long ruban, roulez en forme de rose, et posez-les sur les citrons verts garnis de 2 feuilles de cresson. Coupez la chair des tomates en dés de 5 mm. Fouettez le reste de la crème fraîche, ajoutez-y la ciboulette ciselée, la brunoise de zeste de citron, 1 pincée de sel, du poivre, 1 goutte de Tabasco®, un peu de raifort et les dés de tomate.

Ôtez le film des roulés de saumon en forme de cigare, coupez en biseau les deux extrémités.

**7. Pelez les tomates en tournant, modelez le ruban obtenu en forme de rose.**

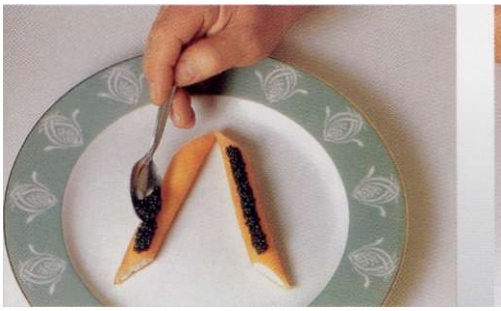
**8. Coupez en dés de 5 mm la chair des tomates, mélangez-les au reste de la crème fouettée avec la ciboulette, le zeste de citron, etc.**



**9. Coupez en biseau les deux extrémités des roulés de saumon.**

Finition et dressage
Disposez 2 roulés de saumon sur chaque assiette et posez 5 g de caviar sur chaque roulé. Accompagnez-les d'une rose de tomate posée sur un citron vert. Décorez les extrémités de saumon avec des feuilles d'aneth.

Déposez 5 petites noisettes de sauce à la tomate avec une poche munie d'une douille métallique de 6 mm de diamètre et décorez avec des feuilles d'aneth.



**10. Disposez des roulés de saumon sur une assiette, posez du caviar sur chacun.**

**11. Déposez une rose de tomate posée sur un citron vert, décorez les roulés de saumon avec des feuilles d'aneth.**

**12. Déposez des noisettes de sauce à la tomate.**

# Croustillant de pomme

## DE TERRE AU SAUMON FRAIS

### POUR 4 PERSONNES

200 g de saumon frais, sans peau ni arêtes
2 petites échalotes hachées finement
Sauce pimentée (Tabasco®)
Sauce Worcestershire®
Fleur de sel de Guérande
5 cl d'huile d'olive
Le jus de ½ citron
¼ de botte de persil plat ciselé
4 grosses pommes de terre
2 l de beurre clarifié (voir p. 455)
¼ de botte de ciboulette
30 g de baies roses
1 c. à s. d'œufs de saumon
Paprika
Poivre du moulin

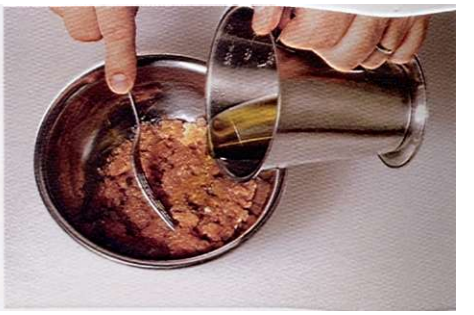
Pour la sauce verte
200 g de mayonnaise (voir p. 455)
1 c. à c. de moutarde verte
5 g de chlorophylle (voir p. 73)

Préparation de l'appareil au saumon
Hachez le filet de saumon, mettez-le dans un saladier et ajoutez les échalotes hachées. Mettez ensuite successivement du Tabasco®, de la sauce Worcestershire®, du poivre et de la fleur de sel. Mélangez à l'aide d'une fourchette.

Versez l'huile d'olive peu à peu, en continuant de mélanger. Terminez par le jus de citron. Rectifiez l'assaisonnement.

**1. Différentes herbes et épices qui apportent leur saveur à la préparation.**

**2. Ajoutez successivement au saumon frais haché les échalotes, le Tabasco®, la sauce Worcestershire®, le poivre et la fleur de sel.**



**3. Ajoutez l'huile d'olive petit à petit.**

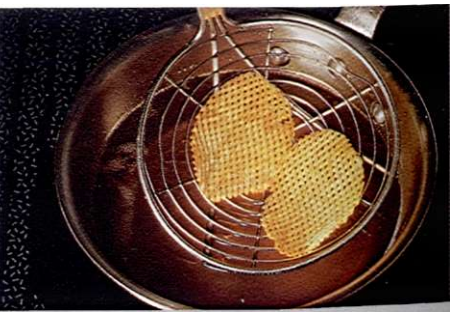
Divisez en deux parts égales l'appareil au saumon, mélangez à l'une des deux le persil plat ciselé. Divisez chaque part en masses de 25 g, façon tartare.

Pelez les pommes de terre, lavez-les, essuyez-les, puis taillez-les en forme de gaufrettes. Faites chauffer le beurre clarifié. Ajoutez-y les pommes de terre et laissez-les dorer. Égouttez-les pour qu'elles restent croquantes.
Coupez 8 tiges de ciboulette à 8 cm à partir des pointes.

Préparation de la sauce verte
Mélangez à la mayonnaise, la moutarde verte et la chlorophylle, puis mettez-la dans une poche à douille.

**4. Divisez en deux parts égales l'appareil au saumon, mélangez à l'une des deux le persil plat. Divisez chaque part en masses de 25 g, façon tartare.**

**5. Faites frire les pommes de terre coupées en gaufrettes dans le beurre clarifié.**



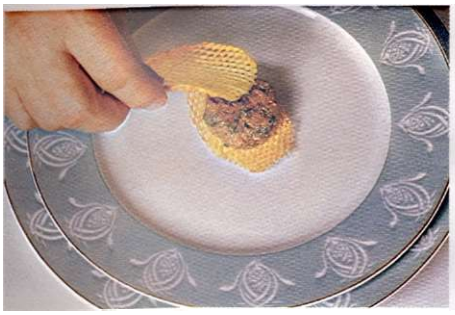
**6. Lorsqu'elles sont dorées, égouttez-les pour qu'elles restent croquantes.**

Moutarde verte

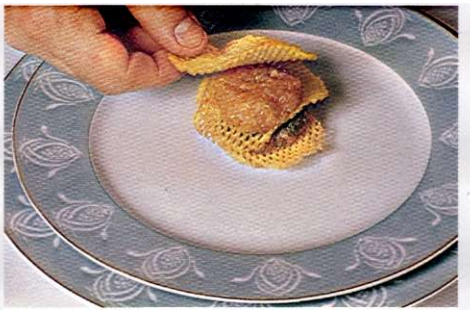
C'est une moutarde additionnée de plusieurs herbes telles que l'estragon, le basilic et la ciboulette.

Finition

Posez une gaufrette de pomme de terre au centre des assiettes. Déposez dessus un peu de saumon au persil, puis superposez dans l'ordre suivant : une gaufrette, du saumon nature, une gaufrette. Superposez ces éléments en faisant en sorte qu'aucun coin de la 2e et 3e gaufrettes ne se touche. Déposez à l'aide d'une poche à douille la sauce verte dans l'espace libre de chaque assiette en dessinant des éclairs. Parsemez de baies roses concassées, d'œufs de saumon et de paprika. Terminez en piquant 2 brins de ciboulette dans des mailles de gaufrettes.



**7. Superposez dans l'ordre suivant : gaufrette, saumon au persil, gaufrette. Évitez que les coins des gaufrettes ne se touchent.**



**8. Continuez avec du saumon frais sans persil et superposez une 3e gaufrette de la même manière,**

**9. Déposez la sauce verte à l'aide d'une poche à douille en dessinant des éclairs. Parsemez de baies roses, d'œufs de saumon et de paprika. Piquez 2 brins de ciboulette dans les gaufrettes et servez.**

# Queues d'écrevisse

## « PATTES ROUGES » EN CRÈME GLACÉE

POUR 4 PERSONNES

20 grosses écrevisses pattes rouges
100 g de céleri-rave
6 cl de vinaigrette au jus de truffe (voir p. 455)
20 g de truffe hachée
1 c. à c. de ciboulette ciselée
Cerfeuil

Pour la nage
1 gros oignon émincé
1 petit fenouil émincé
¼ de côte de céleri émincée
1 anis étoilé
10 g de graines de coriandre
10 g de grains de poivre noir
1 bouquet garni
10 gousses d'ail
100 g de gros sel
20 cl de vin blanc
30 cl de vinaigre d'alcool coloré

Pour la crème glacée
50 g de beurre
½ bulbe de fenouil émincé
½ oignon émincé
2 côtes de céleri émincées
40 cl de crème fraîche double
2 g de graines de fenouil
Sel

Mettez dans une marmite tous les légumes et les épices destinés à la nage, ajoutez 5 1 d'eau et le gros sel. Laissez bouillir doucement pendant 20 min. Versez le vinaigre et le vin blanc à la fin de la cuisson.

Rincez rapidement les écrevisses dans de l'eau froide, plongez-en la moitié dans la nage bouillante, faites-les cuire 3 min puis égouttez-les. Faites cuire de la même manière le reste des écrevisses, égouttez-les et ajoutez-les aux précédentes.
Décortiquez-les lorsqu'elles ont refroidi.

**1. Mettez dans une marmite les légumes et les épices destinés à la nage, 5 l d'eau et le gros sel, puis laissez bouillir doucement 20 min.**

**2. Faites cuire les écrevisses 3 min, en deux fois.**

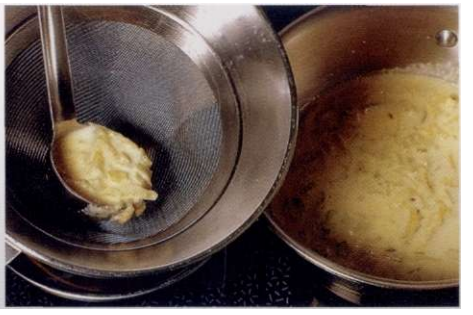
**3. Décortiquez les pinces et les queues des écrevisses.**

Préparation de la crème glacée
Mettez dans une sauteuse le beurre et les légumes destinés à la crème glacée, ajoutez 1 pincée de sel et faites suer pendant 3-4 min. Ajoutez 10 cl de nage d'écrevisse.

Passez au chinois, puis ajoutez 30 cl de crème fraîche et les graines de fenouil. Faites cuire doucement pendant 20 min. Passez au chinois étamine en foulant. Après refroidissement, ajoutez le reste de la crème fraîche et rectifiez l'assaisonnement.

4. Faites suer avec le beurre les légumes destinés à la crème glacée.

5. Ajoutez de la nage d'écrevisse.



6. Passez au chinois étamine en foulant.

Coupez le céleri-rave en dés de 3 mm. Plongez-les 2 min dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les et laissez refroidir.
Arrosez la chair des pinces et les queues des écrevisses avec de la vinaigrette à la truffe.

Parsemez les queues avec les trois quarts de la truffe hachée. Laissez refroidir au réfrigérateur. Assaisonnez également les dés de céleri avec de la vinaigrette à la truffe.

**7. Coupez le céleri-rave en dés de 3 mm.**

**8. Arrosez la chair des pinces et les queues des écrevisses ainsi que les dés de céleri avec de la vinaigrette à la truffe, et parsemez les queues de truffe hachée.**

Finition et dressage
Nappez le centre des assiettes avec la crème glacée. Disposez dessus des queues d'écrevisse en rosace, parsemez de céleri et du reste de la truffe. Décorez les queues avec de la ciboulette et les pinces avec du cerfeuil.

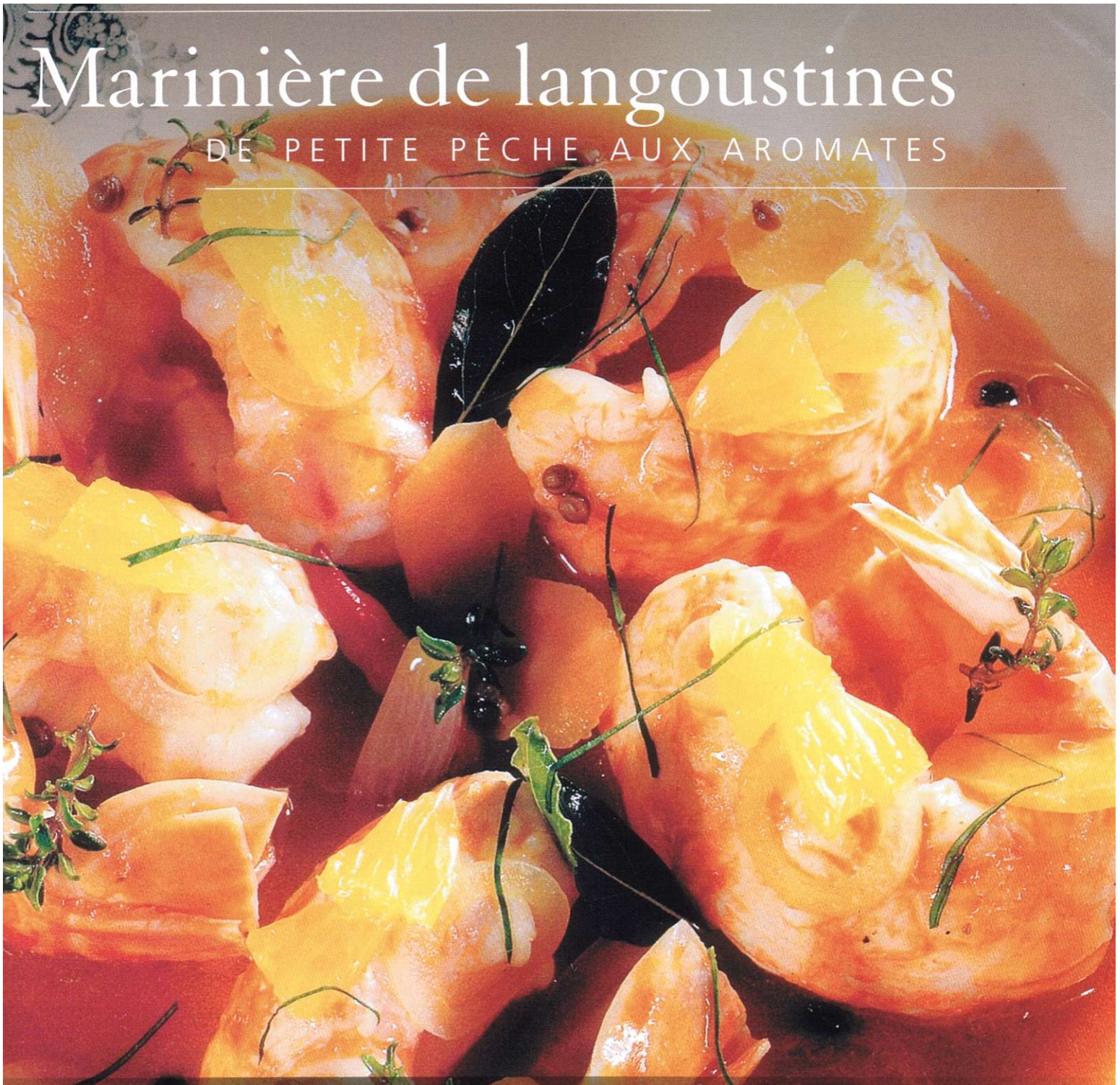
**9. Nappez les assiettes de crème glacée.**

**10. Disposez les queues d'écrevisse en rosace, rangez autour la chair des pinces.**

**11. Parsemez de céleri et de truffe hachée.**

# Marinière de langoustines

## DE PETITE PÊCHE AUX AROMATES



POUR 4 PERSONNES

20 à 24 langoustines

Pour la cuisson des langoustines
½ oignon émincé
½ carotte émincée
½ fenouil émincé
1 côte de céleri émincée
5 gousses d'ail coupées en deux et dégermées
1 anis étoilé
1 c. à s. de graines de coriandre
1 c. à s. de grains de poivre noir
1 bouquet garni
100 g de gros sel (20 g pour 1 l d'eau)
50 cl de vinaigre d'alcool
50 cl de vin blanc

Pour la sauce
½ carotte
½ oignon
3 échalotes
5 gousses d'ail
1 piment rouge
20 g de beurre
1 brin de thym
1 feuille de laurier
1 goutte de sauce Worcestershire®
2 c. à s. de tomato ketchup
3 l d'huile d'arachide pour la friture
250 g de têtes de langoustines
1 c. à s. de graines de coriandre
1 c. à s. de grains de poivre noir
1 clou de girofle
25 cl de vinaigre de vin
Sel

Pour la garniture
1 carotte nouvelle
8 oignons grelots
4 gousses d'ail
½ orange
Graines de coriandre
Grains de poivre noir
Piment rouge
Thym
Laurier
Persil plat ciselé finement
Sel
Poivre du moulin

Cuisson des langoustines

Dans une grande casserole, mettez 5 l d'eau, l'oignon, la carotte, le fenouil, le céleri, l'ail, l'anis étoilé, la coriandre, le poivre en grains et le bouquet garni. Faites bouillir pendant 15 min. Ajoutez le gros sel, le vinaigre d'alcool et le vin blanc, puis laissez bouillir encore 2-3 min.

Plongez la moitié des langoustines dans la nage, laissez-les cuire pendant 2 min, retirez-les et égouttez-les. Faites cuire le reste de langoustines de la même manière. Une fois refroidies, enlevez les têtes des langoustines et réservez-les.

Faites chauffer à 170 °C l'huile d'arachide destinée à la friture, faites-y frire les têtes de langoustine 3-4 min puis égouttez-les.

1. Faites cuire les langoustines pendant 2 min, en deux fois.

2. Faites frire les têtes de langoustine dans l'huile d'arachide chauffée à 170 °C.

**3. Ajoutez les têtes frites aux légumes aromatiques.**

Préparation de la sauce

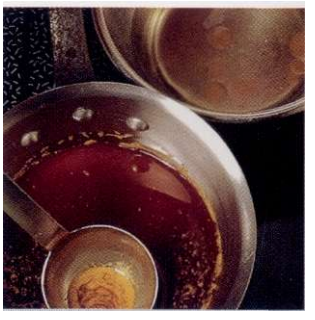
Emincez la carotte, l'oignon et les échalotes, coupez les gousses d'ail en deux, retirez les germes et écrasez l'ail. Écrasez également le piment.

Faites fondre le beurre dans un sautoir, mettez-y les légumes, ajoutez 1 pincée de sel et faites suer les légumes à feu doux. Ajoutez 1 brin de thym, 1 feuille de laurier, un peu de sauce Worcestershire® et le ketchup, mélangez bien, et laissez suer encore 2-3 min à feu très doux. Mettez les têtes de langoustine frites dans les légumes sués, ajoutez la coriandre, le poivre noir, le clou de girofle, le vinaigre de vin, 10 cl d'eau et 25 cl de l'huile de friture. Salez.

Couvrez et laissez cuire pendant 15 min à feu doux. Tamisez à l'aide d'une passoire en foulant. Remettez sur le feu et portez à ébullition. Sans retirer la graisse remontée à la surface, ôtez l'écume qui se forme. Remuez pour émulsionner et rectifiez l'assaisonnement.

4. Ajoutez 25 cl d'huile de friture, faites cuire doucement pendant 15 min.

5. Tamisez la sauce en la foulant.



6. Écumez légèrement, sans retirer la graisse remontée à la surface.

Décortiquez les langoustines, en laissant la nageoire caudale attachée. Recoupez-en la pointe et disposez les queues de langoustine dans un plat.

Préparation de la garniture
Coupez la carotte en biseau et les petits oignons en lamelles de 0,5 mm d'épaisseur. Otez les germes des gousses d'ail, coupez-les en fines lamelles longitudinalement.
Prélevez les suprêmes de la demi-orange et émincez-les.

Faites cuire séparément chaque légume dans de l'eau bouillante salée en les gardant un peu fermes. Égouttez-les soigneusement, mettez-les dans la sauce, ajoutez un peu de coriandre, de poivre noir en grains et du piment, ainsi que du thym et un peu de laurier. Versez le tout sur les langoustines.

**7. Décortiquez les langoustines en laissant la dernière nageoire attachée et coupez la pointe de celle-ci.**

**8. Coupez finement en biseau la carotte et les petits oignons destinés à la garniture.**

**9. Détachez la chair de la 1/2 orange et émincez ces suprêmes.**

Finition et dressage
Disposez les langoustines sur des assiettes, décorez avec la garniture de carotte et d'oignon émincés et les gousses d'ail en lamelles. Mettez sur les langoustines un peu de thym et de laurier, parsemez d'un peu de coriandre et de grains de poivre noir, puis donnez un tour de moulin à poivre. Mélangez la sauce et arrosez les langoustines de quelques cuillerées. Déposez dessus l'orange émincée et parsemez de persil plat ciselé.

10. Versez la sauce avec les légumes aromatiques et les épices.

11. Disposez l'orange émincée sur les langoustines réparties dans les assiettes.

**12. Parsemez de persil plat ciselé.**

# Crème coralline

## EN GELÉE DE HOMARD VINAIGRETTE

POUR 4 PERSONNES

4 homards de 450 g chacun (femelles avec des œufs)

Pour le court-bouillon de homard
1 c. à s. de grains de poivre noir
1 c. à s. de graines de coriandre
1 c. à s. de graines de fenouil
1 bouquet garni (poireau, thym, persil, laurier)
100 g d'oignons émincés
100 g de carottes émincées
50 g de côtes de céleri
10 cl de vinaigre d'alcool coloré
50 cl de vin blanc
Le zeste de 1 orange
½ anis étoilé
80 g de gros sel

Pour la crème coralline
1 tourteau de 1 kg
½ gousse d'ail écrasée
1 c. à c. de jus de citron
½ c. à s. de vinaigre de xérès
½ c. à s. de whisky
1 goutte de sauce pimentée (Tabasco®)
2,5 cl d'huile d'olive
15 g de truffe hachée
3 cl de crème fraiche, fouettée
1,5 courgette verte et fine
25 cl de gelée de homard
10 cl de vinaigrette au jus de truffe (voir p. 455)
¼ de botte d'aneth
¼ de botte de ciboulette
¼ de botte de cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

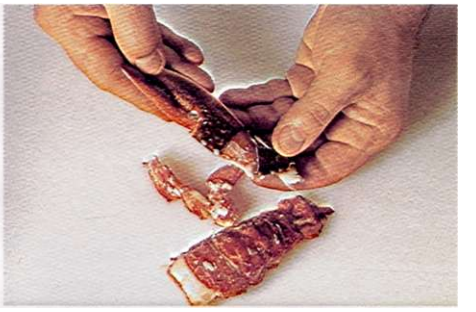
Retirez délicatement les œufs des homards et réservez-les.
Faites bouillir 4 1 d'eau dans une marmite, mettez-y les ingrédients prévus pour le court-bouillon à l'exception du vinaigre et du vin blanc. Faites bouillir pendant 20 min.

Ajoutez le vinaigre d'alcool et le vin blanc, portez de nouveau à ébullition, plongez les homards dans le liquide et faites-les cuire 18 min. Laissez-les refroidir dans le bouillon. Égouttez-les lorsqu'ils sont froids.

Enlevez les têtes des homards, décortiquez les corps et les pinces puis retirez les cartilages. Coupez la chair de chaque corps en 8 rondelles. Réservez le reste de la chair pour la crème coralline. Coupez chaque tête en deux, retirez les parties crémeuses et réservez-les.

**1. Retirez délicatement les œufs qui se trouvent sous le ventre de chaque homard.**

**2. Faites cuire les homards dans le court-bouillon pendant 18 min.**



**3. Décortiquez les corps et les pinces et retirez minutieusement les cartilages.**

Filtrez un peu de court-bouillon, versez-le dans une autre casserole et blanchissez-y les œufs des homards. Détachez les œufs les uns des autres. Faites cuire le tourteau dans le reste du court-bouillon **à** ébullition. Égouttez-le bien, décortiquez-le puis retirez les parties crémeuses. Réservez au frais la chair qui n'est pas utilisée ici pour un autre plat.

Préparation de la crème coralline
Mélangez bien au mixeur les parties crémeuses du crabe et des homards ainsi que le reste de la chair des homards. Ajoutez l'ail écrasé, le jus de citron, le vinaigre de xérès, le whisky et le Tabasco®. Mixez bien, versez l'huile d'olive et mixez encore.

Passez ce mélange au tamis fin, mettez-le dans un saladier et placez celui-ci sur des glaçons. Ajoutez 1 c. à c. de truffe hachée et mélangez bien avec une spatule. Ajoutez la crème fraîche fouettée, rectifiez l'assaisonnement et conservez au réfrigérateur.

**4. Blancnissez les œufs des homards dans un peu de bouillon filtré.**

**5. Passez au tamis fin les ingrédients de la crème coralline mixés.**

Coupez uniquement la peau d'une courgette en dés de 3 mm. Blanchissez-les dans de l'eau bouillante salée, additionnée d'un sachet contenant les tiges d'aneth. Plongez-les dans de l'eau froide rapidement pour les refroidir et égouttez-les.

**6. Mettez les tiges d'aneth dans un sac et plongez celui-ci dans de l'eau bouillante.**

Coupez uniquement la peau de *V2* courgette en julienne fine de 3 cm de long. Blanchissez-les dans la même eau bouillante utilisée précédemment, mettez-les dans de l'eau froide rapidement pour les refroidir et égouttez-les. Parsemez les assiettes d'œufs de homard et

**7. Blanchissez les dés de courgette.**

de julienne de courgette puis versez une fine couche de gelée de homard. Mettez ces assiettes au réfrigérateur.

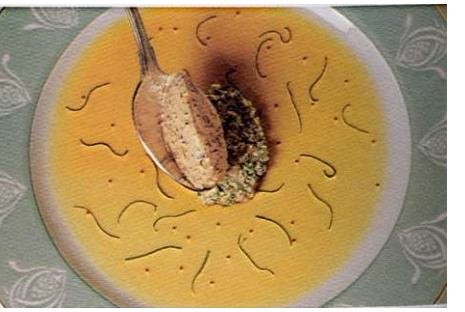
**8. Nappez de gelée de homard les assiettes parsemées d'œufs de homard et de julienne de courgette.**

Réservez 1 c. à c. de vinaigrette, versez le reste sur les rondelles de homard et les pinces en dessinant un cercle.
Mettez les dés de courgette dans un saladier, ajoutez 1 c. à c. de crème coralline. 1 pincée d'aneth ciselé et la vinaigrette réservée pour les lier. Rectifiez l'assaisonnement. Disposez ce mélange au centre de chaque assiette lorsque la gelée de homard est prise.

**9. Versez de la vinaigrette en dessinant un cercle sur les rondelles et les pinces de homard.**

Disposez sur des dés de courgette de la crème coralline en formant une quenelle.

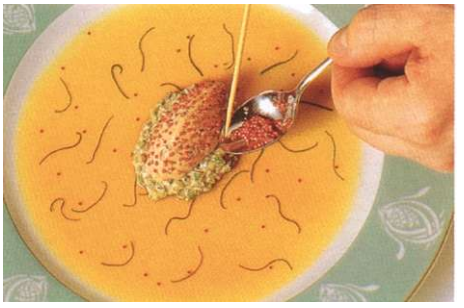
**10. Liez les dés de courgette avec de la crème coralline.**



**11. Déposez du mélange de la photo 10 au centre de chaque assiette et posez dessus une quenelle de crème coralline.**

Finition et dresssage
Décorez la crème coralline disposée en forme de quenelle avec des œufs de homard.
Disposez des rondelles de homard autour de la crème coralline et garnissez le côté supérieur de chaque assiette avec la chair des pinces.

Parsemez les rondelles de homard avec le reste de la truffe hachée et de la ciboulette.
Poivrez au moulin et décorez avec des feuilles de cerfeuil.



**12. Décorez la crème coralline avec des œufs de homard.**

**13. Disposez des rondelles de homard autour et posez la chair des pinces du côté supérieur de l'assiette.**

# Salade de crevettes en boléro

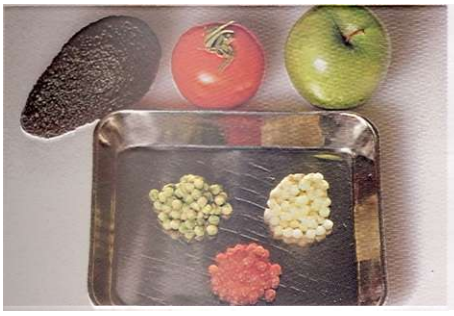
POUR 4 PERSONNES

Environ 100 crevettes moyennes cuites à l'eau bouillante
2 grosses tomates
2 gros avocats
2 pommes Granny Smith
Le jus de 1 citron
100 g de crevettes grises
10 cl de mayonnaise (voir p. 455)
1 c. à s. de vinaigre de vin rouge
Crème fraîche
Tomato ketchup
25 cl de vinaigrette au jus de truffe
20 g de truffe hachée
Un peu de cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

**Détachez les** têtes des crevettes cuites à l'eau bouillante, décortiquez les corps et laissez-les refroidir au réfrigérateur.
Pelez les tomates puis prélevez leur chair en petites boules de 5 mm de diamètre. Prélevez également la chair des avocats et des pommes en boules de la même taille. Arrosez chacun de ces ingrédients avec du jus de citron.

Préparation de la sauce
Confectionnez un bouillon de crevette : ajoutez 10 cl d'eau aux crevettes grises et faites-les cuire pendant 10 min. Retirez du feu, attendez 10 min, filtrez, puis faites réduire le liquide de moitié. Filtrez à nouveau et laissez dans un endroit froid et obscur. Réservez 1 c. à s. de mayonnaise, ajoutez au reste le vinaigre de vin et le bouillon de crevette et mélangez au fouet.

Ajoutez de la crème fraîche pour blanchir la sauce et rectifier la consistance. Vérifiez l'assaisonnement, puis passez au chinois. Fabriquez un cornet avec du papier sulfurisé. Ajoutez du ketchup à la mayonnaise réservée pour faire de la sauce rouge et mettez-la dans le cornet.



**1. Prélevez la chair des tomates, des pommes et des avocats en boules de 5 mm de diamètre.**

**2. Faites cuire les crevettes grises dans l'eau et filtrez. Faites réduire ce bouillon de moitié.**

**3. Ajoutez le vinaigre de vin et le bouillon de crevette à de la mayonnaise, puis incorporez de la crème fraîche pour obtenir une sauce blanche.**

Crevette grise

Choisissez < Y 'a crevette grise vivante pour Bjftfcalisation de ce bouillon. La crevette grise est très fragile et très sensible à la chaleur, m a o k être achetée vivante, c'est impératif. Il est :-'···;· e de la conserver vivante plus n, or son état au moment de la cuisson condifop"c 'c goût et la texture de sa chair.

Arrosez les crevettes de vinaigrette au jus de truffe.
Nappez les assiettes de sauce blanche et disposez des crevettes en couronne.
Déposez à l'aide du cornet en papier des petits points réguliers de sauce rouge autour de la sauce blanche.

Mélangez les boules de tomate, d'avocat et de pomme avec de la vinaigrette et disposez-les à l'intérieur et l'extérieur de la couronne. Décorez avec des truffes hachées et des feuilles de cerfeuil.

**Arrosez les crevettes de vinaigrette au jus de truffe en dessinant un cercle.**

**5. Déposez de la sauce rouge en formant des petits points.**

**6. Disposez des boules de tomate, de pomme et d'avocat à l'intérieur de la couronne de crevettes et tout autour également.**

# Salade de noix de Saint-Jacques

## AUX GIROLLES ET CAVIAR

POUR 4 PERSONNES

8 grosses noix de Saint-Jacques
2 c. à s. d'huile d'olive
Un peu de safran
6 petites endives
1 trévise
Sel
Poivre du moulin

Pour la vinaigrette
2 c. à s. de vinaigre de cidre
12 cl d'huile d'arachide
Sel
Poivre du moulin

Pour la garniture
2 petits oignons
1 petit fenouil
120 g de petites girolles
3 c. à s. d'huile d'olive
2 c. à s. de caviar Sevruga
Un peu de cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Rincez les noix de Saint-Jacques rapidement à l'eau courante et essuyez-les.
Coupez les noix horizontalement aussi finement que possible et rangez-les dans un plat.
Mettez dans un saladier 2 c. à s. d'huile d'olive, du safran, du sel et du poivre puis mélangez bien. A l'aide d'un pinceau, badigeonnez les deux faces des noix de ce mélange. Couvrez de film alimentaire et mettez au réfrigérateur.

Préparation de la vinaigrette
Mettez le vinaigre de cidre, du sel et du poivre dans un autre saladier. Ajoutez l'huile d'arachide et mélangez bien.
Coupez en deux chaque endive puis coupez les morceaux en julienne dans la longueur.
Mélangez-les avec la moitié de la vinaigrette et réservez au réfrigérateur.
Effeuillez la trévise, rincez-la, essorez-la, puis assaisonnez-la avec le reste de la vinaigrette.

Préparation de la garniture
Émincez finement les petits oignons et le fenouil. Nettoyez les girolles. Versez dans une sauteuse 3 c. à s. d'huile d'olive, ajoutez les petits oignons, le fenouil et une pincée de sel. Faites cuire doucement à feu moyen pendant 4-5 min. Lorsque les légumes sont devenus transparents, ajoutez les girolles et faites cuire encore 2 min environ. Salez et poivrez.

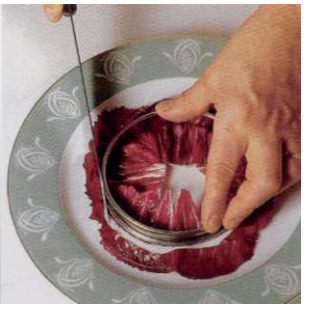
**1. À l'aide d'un pinceau, badigeonnez les deux faces des lamelles de noix d'huile d'olive mélangée à du safran.**

**2. Préparez la vinaigrette, réservez la moitié, assaisonnez les endives avec l'autre moitié.**

**3. Lorsque les oignons et le fenouil sont devenus transparents, ajoutez les girolles et faites cuire encore 2 min.**

Finition et dressage
Disposez des feuilles de trévise en rond sur les assiettes. Posez un cercle de 10 cm de diamètre dessus et coupez les parties de feuilles qui dépassent à l'extérieur.

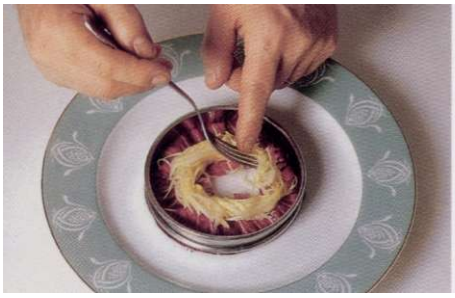
**4. Disposez la trévise mélangée à de la vinaigrette en forme de cercle sur chaque assiette.**



**5. Posez un cercle sur la trévise et coupez les parties des feuilles qui dépassent à l'extérieur.**

Déposez de la julienne d'endive en couronne à l'intérieur du cercle, puis superposez des lamelles de noix de Saint-Jacques en dessinant un cercle.
Disposez au centre des girolles, de l'oignon et du fenouil cuits.

Sur les noix de Saint-Jacques, disposez alternativement du caviar et du cerfeuil. Poivrez au moulin. Enlevez délicatement le cercle.



**6. Disposez de la julienne d'endive en couronne à l'intérieur du cercle.**

**7. Superposez les noix sur les endives, disposez au centre des girolles, de l'oignon et du fenouil.**

**8. Disposez du caviar sur les noix, intercalez des feuilles de cerfeuil.**

# Salade maraîchère

## AUX TRUFFES

POUR 4 PERSONNES

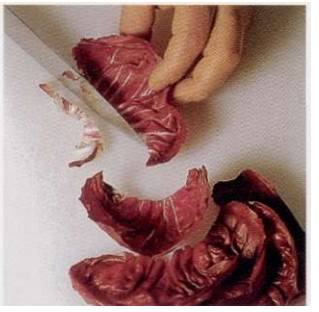
70 g de truffes pelées
10 g de truffe hachée
2 trévises
75 g de chicorée (parties blanches uniquement)
25 g de feuilles de pissenlit
45 g de petites rosettes de mâche
25 g de mesclun
2 c. à s. de jus de citron
12,5 cl d'huile d'arachide
Sel
Poivre du moulin

Rincez tous les légumes destinés à la salade et égouttez-les bien. Supprimez la partie dure des trévises en la coupant au couteau.

Préparation de la vinaigrette

Mettez dans un saladier du sel, le jus de citron et mélangez au fouet. Incorporez peu à peu l'huile d'arachide en fouettant. Rectifiez l'assaisonnement.

1. Les ingrédients pour la salade.



2. Coupez la tige des trévises en suivant la courbe des feuilles.

3. Préparez la vinaigrette avec du sel, le jus de citron et l'huile d'arachide.

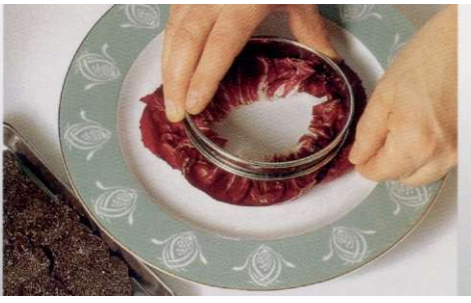
## Mesclun

Ce mélange originaire du Midi de la France est composé de différentes salades, généralement 7, dont la roquette et le cerfeuil, indispensables dans l'authentique mesclun niçois. « Mescluno » désigne, en niçois, les couleurs variées des pousses. Sa composition varie selon les saisons.

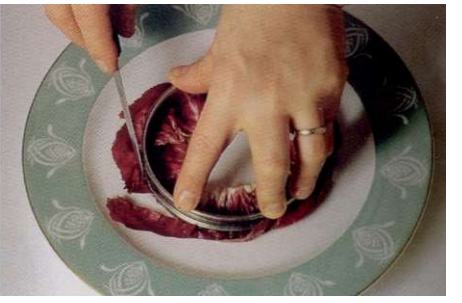
Mettez les feuilles de trévise dans un saladier, arrosez-les avec un peu de vinaigrette et mélangez soigneusement.
Mettez dans un 2' saladier les autres salades, assaisonnez-les avec de la vinaigrette et ajoutez-y la truffe hachée.

Disposez la trévise assaisonnée en couronne sur les assiettes et posez un cercle de 12 cm de diamètre dessus en évitant qu'il bouge. Coupez les feuilles qui dépassent à l'extérieur du cercle.

4. Assemblez les autres salades hormis la trévise, arrosez de vinaigrette, mélangez avec la truffe hachée.



5. Assaisonnez la trévise avec de la vinaigrette, disposez-la en couronne et posez un cercle dessus.



6. Coupez les feuilles en suivant l'extérieur du cercle.

Dressage
Coupez les truffes entières en lamelles fines a l'aide d'une mandoline.
Disposez les salades mélangées à la truffe hachée en forme de dôme à l'intérieur du cercle.

**Disposez les truffes coupées en lamelles fines également en forme de dôme et poivrez au moulin.**

**7. Coupez finement les truffes à la mandoline.**

**8. Disposez en dôme les salades avec la truffe hachée, superposez les lamelles de truffe.**

**9. Poivrez les truffes au moulin.**

Finition
Enlevez délicatement le cercle et servez.

**10. Enlever délicatement le cercle pour éviter de casser la forme.**

# Salade de mâche,

## POMMES DE TERRE ET TRUFFES

### POUR 4 PERSONNES

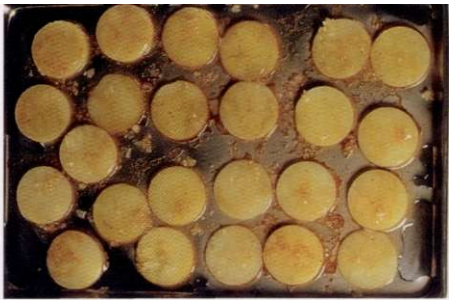
10 pommes de terre Charlotte de 100 g chacune
1 échalote ciselée
15 cl de vinaigrette au jus de truffe
76 lamelles de truffe de 0,5 mm d'épaisseur
60 g de mâche rincée et essorée
1 botte de ciboulette
Sel
Poivre du moulin
Fleur de sel de Guérande
Pain de campagne

**Lavez** bien les pommes de terre puis faites-les **cuire** à feu doux avec leur peau dans de l'eau bouillante salée. Pelez-les pendant qu'elles sont chaudes et coupez-les en rondelles de 2 mm **d**'épaisseur, en trempant régulièrement le couteau (à lame fine) dans de l'eau tiède pour obtenir une coupe lisse. Découpez 72 rondelles à l'aide d'un emporte-pièce rond de 3 cm et rangez-les sur un plat.

Ajoutez l'échalote à 10 cl de vinaigrette et arrosez-en les rondelles de pomme de terre. Couvrez avec du film alimentaire et laissez le plat au moins 4 h à température ambiante pour laisser pénétrer la vinaigrette dans les pommes de terre.

**1. Découpez les rondelles fines de pommes de terre à l'aide d'un emporte-pièce de 3 cm de diamètre, déposez-les sur un plat en faisant attention de ne pas les déformer.**

**2. Arrosez l'ensemble des pommes de terre avec de la vinaigrette additionnée d'échalote ciselée.**



**3. Couvrez de film alimentaire, laissez au moins 4 h à température ambiante pour que l'assaisonnement pénètre dans les pommes de terre.**

## Pomme de terre Charlotte

C'est une vai île pomme de terre peu ^ ^ · f a e adaptée aux plats nécessitant une cuissun dans un liquide, par exemple la cuisine mijotée.

Découpez les lamelles de truffe à l'aide du même emporte-pièce que celui utilisé pour les pommes de terre. Arrosez-les avec le reste de la vinaigrette. Hachez les chutes de truffe et conservez-les au réfrigérateur.
Coupez les pointes de la ciboulette pour les égaliser à 2 cm de long et ciselez le reste.

Disposez la mâche en rond sur les assiettes en maintenant les feuilles avec un cercle de 12 cm de diamètre. Insérez des pointes de ciboulette entre les feuilles de mâche, en les disposant en rayons, extrémité pointue vers l'extérieur.

**4. Découpez les lamelles de truffes régulièrement avec le même emporte-pièce rond, arrosez de 5 cl de vinaigrette.**

**5. Disposez en cercle des feuilles de mâche sur les assiettes, en les maintenant avec un cercle de 12 cm.**

Disposez en alternance pomme de terre et truffe égouttées à l'intérieur des cercles, en les faisant se chevaucher. Pour cette opération, superposez-les de droite à gauche pour la première rangée et dans le sens inverse pour la rangée suivante.

Déposez une lamelle de truffe au centre. Parsemez les pommes de terre et les truffes d'un peu de truffe hachée et d'une pincée de ciboulette ciselée.

**6. Insérez des pointes de ciboulette entre les feuilles de mâche, disposez pomme de terre et truffe à l'intérieur des cercles, en les alternant et en les faisant se chevaucher.**

**7. Superposez la première partie des rondelles dans le sens contraire des aiguilles d'une montre et superposez la deuxième partie dans le sens inverse. Déposez une lamelle de truffe au centre.**

**8. Parsemez de truffe hachée et de ciboulette ciselée.**

**Finition**

Enlevez délicatement les cercles et poivrez au moulin. Parsemez de fleur de sel.
Servez avec du pain de campagne.

**9. Enlevez délicatement le cercle.**

**10. Poivrez l'ensemble avec le moulin à poivre.**

# Salade de pommes de terre

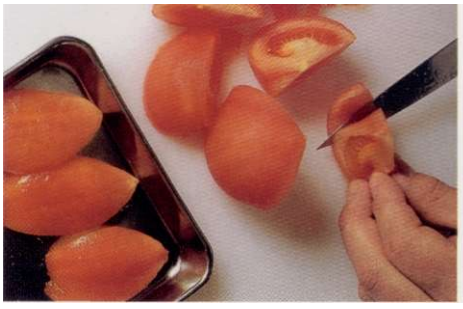
## ET TRUFFES À LA CROQUE AU SEL

POUR 4 PERSONNES

12 pommes de terre de 40 g chacune
120 g de truffes pelées
12 g de truffe hachée finement
5 gousses d'ail
Thym
200 g de tomates
15 cl d'huile d'olive
1 grosse échalote grise hachée finement
10 cl de vinaigrette (7,5 cl d'huile d'olive et 2 c. à s. de vinaigre de xérès)
80 g de parmesan non râpé
Sel
Poivre du moulin
Fleur de sel de Guérande

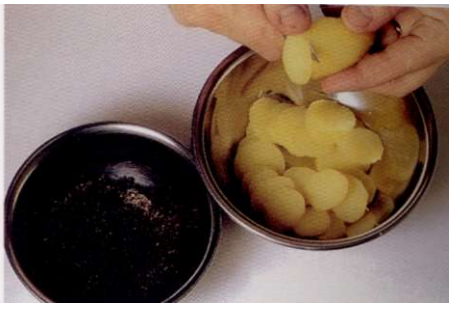
Lavez les pommes de terre et faites-les cuire avec leur peau dans de l'eau additionnée de 3 gousses d'ail en chemise coupées en deux, de 1 branche de thym et d'un peu de sel. Ébouillantez les tomates et pelez-les. Coupez la chair extérieure en quartiers de taille égale. Rangez ces quartiers de tomate sur un plat à four, recouvrez-les de 2 gousses d'ail épluchées et coupées en deux et de thym émietté. Arrosez l'ensemble d'huile d'olive. Mettez au four à 50 °C (th. 1) et laissez confire pendant 1 h 30.

Lorsque les pommes de terre sont cuites, égouttez-les. Pelez-les pendant qu'elles sont chaudes, coupez-les en rondelles de 3 mm d'épaisseur, en trempant régulièrement le couteau à lame fine dans de l'eau tiède pour obtenir une coupe lisse.



**1. Ébouillantez les tomates et pelez-les, coupez la chair extérieure en quartiers.**

**2. Arrosez d'huile d'olive et faites-les confire au four.**



**3. Pelez les pommes de terre pendant qu'elles sont chaudes, coupez-les en rondelles de 3 mm d'épaisseur. -**

Mettez les pommes de terre dans un saladier, ajoutez-y l'échalote, salez et poivrez, puis arrosez avec le reste de l'huile d'olive en dessinant un cercle. Parsemez de thym émietté et laissez macérer 3 h.

Lorsque les tomates sont confites, laissez-les refroidir et découpez-les à l'aide d'un emporte-pièce rond de 3 cm de diamètre.

**4. Ajoutez l'échalote hachée aux pommes de terre coupées en rondelles.**

**5. Assaisonnez, arrosez d'huile d'olive et laissez macérer 3 h.**

**6. Découpez les tomates confites à l'aide d'un emporte-pièce rond de 3 cm de diamètre.**

Réunissez les rondelles de tomate, les pommes de terre et leur jus. puis parsemez de truffe hachée. Coupez les truffes en lamelles de 3 mm à l'aide d'une mandoline et ajoutez-les aux pommes de terre et aux tomates. Ajoutez la vinaigrette, poivrez et mélangez soigneusement. Laissez à température ambiante.

**7. Assemblez les pommes de terre macérées et les tomates confites, mélangez avec la truffe hachée.**

**8. Coupez les truffes en lamelles fines à l'aide d'une mandoline.**

**9. Ajoutez les lamelles de truffe dans le saladier contenant les pommes de terre, mélangez avec la vinaigrette.**

Finition
Posez un cercle de 10 cm de diamètre sur une assiette à soupe, puis disposez en forme de dôme à l'intérieur du cercle des tomates et des pommes de terre mélangées aux truffes.

Enlevez délicatement le cercle, râpez finement du parmesan dessus à l'aide d'une mandoline, parsemez de fleur de sel et poivrez.

**10. °osez un cercle de 10 cm de diamètre sur une assiette à soupe, disposez en forme de dôme à** ""îtérieur **de ce cercle de la salade de pomme de terre et de truffe.**

11. Enlevez délicatement le cercle, râpez finement du parmesan.

12. Parsemez de fleur de sel.

# Tarte friande aux tomates,

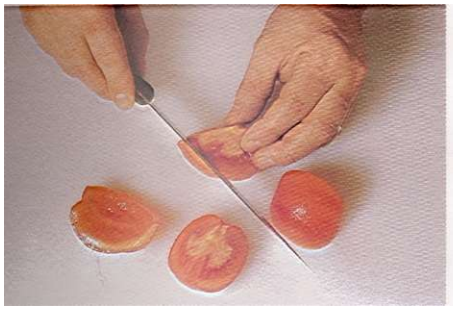
## POIVRONS ET BASILIC

POUR 4 PERSONNES

3 kg de grosses tomates bien rouges à chair ferme
4 gros poivrons verts
250 g de beurre
1 oignon
Huile d'olive
4 gousses d'ail pelées et dégermées
1 bouquet garni
2 c. à c. de concentré de tomate
1 c. à c. de sucre glace
5 feuilles de pâte filo
2 c. à s. de basilic ciselé
1 c. à s. de thym
Sel fin
Gros sel
Poivre du moulin
Poivre blanc mignonnette
Fleur de sel de Guérande

Ôtez le pédoncule des tomates, plongez-les pendant 10 s dans de l'eau bouillante et rafraîchissez-les immédiatement dans de l'eau froide additionnée de glaçons. Égouttez-les et pelez-les. Coupez-les en 4 quartiers. Éliminez les pépins et égalisez l'épaisseur des quartiers. Découpez-les à l'aide d'un emporte-pièce rond de 2.5 cm et préparez ainsi 96 disques.

Coupez le reste de la chair des tomates en dés. Rincez les poivrons, retirez le pédoncule, coupez-les longitudinalement en quatre, puis supprimez les pépins et les parties blanches. Pelez les quartiers de poivron et égalisez l'intérieur pour obtenir une même épaisseur. Découpez-les à l'aide d'un emporte-pièce rond de 2,5 cm, tout comme les tomates, et préparez ainsi 64 disques. Plongez les poivrons 10 s dans de l'eau bouillante salée au gros sel. refroidissez-les immédiatement dans de l'eau additionnée de glaçons, puis égouttez-les.



**1. Ébouillantez les tomates et pelez-les, coupez la chair en quartiers et égalisez l'épaisseur des quartiers.**

**2. Coupez les poivrons en quatre, pelez-les, égalisez l'épaisseur des chairs, découpez 64 disques à l'aide d'un emporte-pièce rond de 2,5 cm.**

**3. Plongez les poivrons 10 s dans de l'eau bouillante salée, rafraîchissez-les dans de l'eau froide contenant des glaçons, égouttez-les.**

Préparation des tartes

Faites juste fondre le beurre, éliminez l'écume et versez-le dans un bol en laissant les particules blanches au fond de la casserole (beurre clarifié). Badigeonnez de beurre clarifié 1 disque de papier sulfurisé de 13 cm de diamètre. Trempez dans le beurre clarifié les disques de tomate et de poivron.

Disposez-les. le côté lisse de la peau retirée sur le papier, en mettant 1 tomate au centre, puis 3 tomates et 3 poivrons en les alternant, autour de la tomate centrale. Continuez avec une rangée de 6 tomates et de 6 poivrons en les alternant, mais dans le sens inverse. Pour la rangée suivante, faites alterner 7 fois 2 tomates et 1 poivron.

Préparez ainsi 3 autres tartes.

Badigeonnez abondamment de beurre clarifié 4 disques de papier sulfurisé et couvrez-en les tartes, côté beurré contre les légumes.

Préparation des tomates concassées

Ciselez finement l'oignon. Mettez-le dans une casserole avec 1 c. à s. d'huile d'olive et 1 pincée de sel, et faites-le fondre 3-4 min à feu doux sans le laisser blondir. Ajoutez l'ail, le bouquet garni, la chair des tomates coupée en dés et le concentré de tomate. Assaisonnez avec du sel, du poivre et du sucre glace, mélangez et laissez cuire doucement jusqu'à ce que l'eau soit évaporée.

**4. Trempez les tomates et les poivrons dans le beurre clarifié, rangez-les sur 4 disques de papier sulfurisé en cercles de 13 cm de diamètre pour** faire **les tartes.**

**5. Badigeonnez légèrement de beurre 4 autres disques de papier sulfurisé de 13 cm de diamètre et déposez-les sur les tartes, côté beurré dessous.**

**6. Faites fondre l'oignon avec l'huile d'olive et du sel, ajoutez l'ail, le bouquet garni, les tomates coupées en dés, faites évaporer l'eau à feu doux.**

Étalez une feuille de pâte filo, badigeonnez-la légèrement de beurre clarifié à l'aide d'un pinceau. Superposez une 2′ feuille de pâte, badigeonnez-la de beurre puis superposez 2 autres feuilles en les beurrant au fur et à mesure. Posez la dernière feuille par-dessus mais ne la beurrez pas. Posez une plaque ronde de 13 cm sur les feuilles superposées et coupez tout autour. Faites ainsi 4 ronds dans les feuilles superposées.

**7. Badigeonnez légèrement de beurre 4 feuilles de pâte filo, superposez-les et terminez avec la dernière feuille, sans la beurrer.**

**8. Découpez 4 ronds de pâte à l'aide d'un disque de 13 cm de diamètre.**

Déposez sur une plaque les 4 disques de pâte filo en les espaçant, couvrez-les avec des ronds de papier sulfurisé, posez un disque en métal dessus pour empêcher la pâte de monter et faites cuire au four à 200 "C (th. 7) pendant 10 min.

Ajoutez le basilic aux tomates concassées et étalez celles-ci sur les disques de pâte dorés, sur 5 mm d'épaisseur.

**9. Posez du papier sulfurisé et un disque en métal sur les disques de pâte et faites cuire au four.**

**10. Étalez sur les disques de pâte dorés des tomates concassées sur 5 mm d'épaisseur.**

Enlevez le papier qui se trouve sur les tartes de tomate et de poivron, puis retournez-les sur les tomates concassées. Le papier qui se trouvait auparavant dessous se retrouve dessus. Posez un disque en métal par-dessus, mettez au four et faites cuire 8 min.

**11. Enlevez le papier qui se trouve sur les tartes. Retournez les tartes sur les tomates concassées.**

**12. Laissez le papier, posez un disque en métal, faites cuire 8 min au four.**

Finition
Enlevez les disques en métal et le papier, parsemez les tartes de fleur de sel, de mignonnette et de thym, puis arrosez d'un filet d'huile d'olive.

**13 Enlevez** délicatement les disques en métal et **le papier** sulfurisé.

14. Parsemez de fleur de sel et de thym, servez chaud.

# Tarte friande de truffe

## AUX OIGNONS ET LARD FUMÉ

POUR 4 PERSONNES



4 truffes noires de bonne qualité nettoyées
400 g de petits oignons
70 g de lard fumé
2 gousses d'ail
80 g de graisse d'oie à température ambiante
3 feuilles de pâte filo
50 g de beurre à température ambiante
2 cl de crème fraîche
1 cl de vieux madère
Sel
Poivre du moulin
Fleur de sel de Guérande

**Enlevez** la peau des truffes aussi finement **que** possible. Coupez les truffes à l'aide d'une mandoline en 84 tranches de 1 mm d'épaisseur. Découpez chacune à l'aide d'un emporte-pièce rond de 3 cm de diamètre.
Hachez les parties restantes des truffes découpées et réservez-les.

Préparez 16 disques de papier sulfurisé de 13 cm de diamètre. Coupez une gousse d'ail en deux, frottez la face coupée sur la face supérieure de chaque disque de papier pour les parfumer. Badigeonnez-les légèrement de graisse d'oie à l'aide d'un pinceau.
Badigeonnez de graisse d'oie les deux faces des lamelles de truffe.

**1. Coupez les truffes en tranches de 1 mm d'épaisseur, découpez-les à l'aide d'un emporte-pièce rond de 3 cm de diamètre. Préparez 84 rondelles.**

**2. Frottez un disque de papier sulfurisé de 13 cm de diamètre avec 1/2 gousse d'ail, badigeonnez-le de graisse d'oie.**

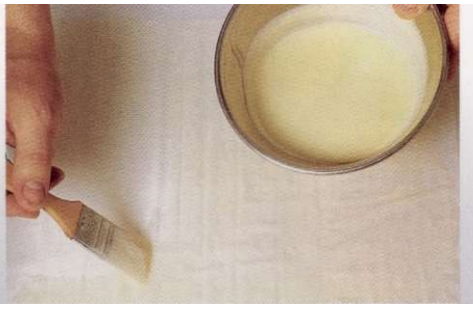
**3. Posez 1 rondelle de truffe au centre, posez ensuite 7 rondelles en les faisant légèrement se chevaucher, puis 13 autres rondelles, en cercle.**

Posez sur un disque en inox un disque de papier sulfurisé en mettant la face badigeonnée de graisse au-dessus. Posez 1 rondelle de truffe au centre, rangez 7 rondelles de truffe autour de celle-ci, dans le sens des aiguilles d'une montre, en les faisant légèrement se chevaucher et superposez l'extrémité de la dernière sur la première.

Rangez 13 rondelles de truffe dans le sens inverse des aiguilles d'une montre, ce qui créera 3 cercles légèrement superposés. Posez dessus un disque de papier sulfurisé en mettant la face badigeonnée de graisse dessous et couvrez d'un disque en inox. Préparez 3 autres tartes de la même manière. Laissez-les reposer pendant au moins 1 h au réfrigérateur.

Étalez 1 feuille de pâte filo et beurrez légèrement le dessus à l'aide d'un pinceau. Superposez une 2e feuille de pâte, beurrez-la légèrement, puis superposez la dernière feuille sans la beurrer.

**4. Badigeonnez de graisse d'oie un disque de papier sulfurisé et retournez-le sur les truffes pour que la face badigeonnée de graisse se trouve dessous.**



**5. Beurrez légèrement à l'aide d'un pinceau le dessus d'une feuille de pâte filo.**

6. Superposez une 2e feuille, beurrez-la et superposez une 3e pour obtenir 3 épaisseurs.

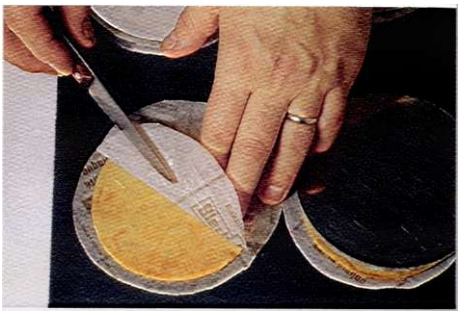
Laissez reposer les truffes préparées au moins I h au réfrigérateur.
II est possible de faire ces préparatifs la veille.

Préchauffez le four à 200 °C (th. 7). Posez un disque de 13 cm de diamètre sur la triple épaisseur de feuilles et coupez 4 disques de pâte.

Mettez sur un disque en inox un disque de papier sulfurisé, un disque de pâte (en triple épaisseur), un disque de papier sulfurisé et un disque en inox. Préparez les 3 autres fonds de tarte de la même manière. Faites-les cuire au four de 8 à 10 min.

7. Coupez 4 disques dans la triple épaisseur de pâte à l'aide d'un disque en inox de 13 cm de diamètre.

8. Posez chaque disque de pâte entre 2 disques en inox, en mettant en dessous et au-dessus de la pâte un disque de papier sulfurisé.



9. Faites cuire au four à 200 °C (th. 7) de 8 à 10 min jusqu'à ce que la pâte soit dorée.

Émincez finement les oignons. Hachez une gousse d'ail, puis coupez le lard en bâtonnets fins de 1 mm.
Mettez l'ail et les oignons avec le reste de la graisse d'oie dans une sauteuse. Ajoutez le lard, faites suer quelques minutes, puis salez et poivrez. Laissez cuire environ 10 min à feu doux. Ajoutez les truffes hachées et laissez-les cuire un peu pour qu'elles dégagent leur parfum. Mettez la crème fraîche, laissez cuire environ 2 min, puis versez le madère. Vérifiez l'assaisonnement, salez et poivrez si ce n'est pas suffisant.
Retirez le disque et le papier qui recouvrent les fonds de tarte. Étalez dessus uniformément la préparation au lard et aux oignons.

10. Coupez le lard en bâtonnets fins de 1 mm.

**11. Faites suer les oignons, l'ail et le lard dans la graisse d'oie, et ajoutez les truffes.**

**12. Mettez le mélange d'oignon et de truffe sur les fonds de tarte cuits. Étalez-le uniformément.**

Sortez les galettes de truffe du réfrigérateur, retirez les disques en inox et le premier papier. Retournez-les sur la préparation aux oignons. Laissez les papiers et les disques qui se trouvent dessus, mettez au four pendant quelques secondes juste pour que la graisse des papiers soit fondue.

Enlevez les disques et les papiers, saupoudrez de rieur de sel.
Disposez sur les assiettes et poivrez.

**13. Mettez au four pendant quelques secondes, enlevez délicatement les papiers.**

**14. Saupoudrez uniformément de fleur de sel.**

**15. Disposez les tartes sur les assiettes et** poivre2

# Étuvée de morilles

## AU FOIE GRAS

POUR 4 PERSONNES

12 petites morilles
65 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
1 cl de jus de truffe
22 g d'œuf entier
12 pluches de cerfeuil

Pour la crème de foie gras
20 g de morilles
1 c. à s. de crème fraîche épaisse
5 cl de crème fraîche double
40 g de foie gras
1 pincée de sucre
24 g d'œuf
Sel
Poivre du moulin

Pour la duxelles de morilles
65 g de morilles
20 g de beurre
25 g d'échalote hachée finement
1 c. à s. de chapelure fraîche
1 c. à s. bombée de béchamel (voir p. 455)
40 g de crème fraîche épaisse
3 g de cerfeuil concassé
Sel
Poivre du moulin

Préparation des morilles et du bouillon
La veille, nettoyez les 12 petites morilles, supprimez les queues et rincez-les soigneusement.
Faites bouillir le consommé de volaille, ajoutez-y les morilles et faites-les pocher pendant 2 min. Égouttez-les avec une écumoire en conservant le liquide de cuisson, puis enveloppez-les dans un torchon.

Ajoutez à 10 cl de liquide de cuisson des morilles 1 cl de jus de truffe et 22 g d'œuf entier en mélangeant au fouet. Tamisez ce mélange. Laissez reposer 12 h au réfrigérateur.

1. Faites **pocher les petites morilles 2 min dans le** consommé **de volaille.**

**2. Mettez dans une casserole 10 cl de liquide de cuisson des morilles et 1 cl de jus de truffe.**

**3. Incorporez 22 g d'œuf entier au liquide de cuisson, mélangez.**

Préparation de la crème de foie gras
Lavez soigneusement 20 g de morilles, égouttez-les, coupez-les en brunoise et mettez-les dans une casserole avec 1 c. à s. de crème fraîche. Salez et poivrez légèrement, puis laissez cuire jusqu'à ce que toute l'eau de végétation soit évaporée.

Faites bouillir 5 cl de crème fraîche double et mélangez-la avec le foie gras. Salez, poivrez, ajoutez-y 1 pincée de sucre, incorporez 24 g d'œuf entier, puis passez le tout au chinois étamine.
Mélangez la brunoise de morille cuite avec la crème de foie gras.

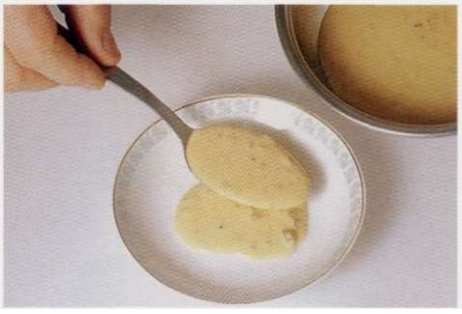
Coupez **20 g de morilles en brunoise.**

**5. Ajoutez 1 c. à s. de crème fraîche à la brunoise de morille, salez et poivrez légèrement, laissez cuire jusqu'à ce que l'eau soit évaporée.**

**6. Mélangez la crème fraîche double à ébullition avec le foie gras.**

Étalez sur chaque assiette 30 g de crème de foie gras et couvrez avec de l'aluminium. Faites cuire 16 min à 80 °C (th. 2-3) au four à vapeur.
A la sortie du four, ôtez l'aluminium et laissez refroidir.

**7. Ajoutez la brunoise de morille à la crème de foie gras et mélangez au fouet.**



**8. Mettez sur chaque assiette 30 g de crème de foie gras à la morille.**

**9. Faites cuire 16 min à 80 °C (th. 2-3) au four à vapeur et enlevez l'aluminium qui couvrait la crème.**

Préparation de la duxelles de morilles
Lavez 65 g de morilles et taillez-les en brunoise. Faites suer les échalotes hachées dans le beurre, ajoutez les morilles et laissez suer encore à feu doux pendant quelques minutes. Ajoutez dans l'ordre suivant la chapelure, la béchamel et la crème fraîche. Salez, poivrez et laissez réduire. Terminez avec le cerfeuil concassé.

**10. Ajoutez aux échalotes que vous avez fait suer la brunoise de morille.**

**11. Ajoutez la chapelure, la béchamel, puis la crème fraîche.**

**12. Ajoutez le cerfeuil concassé pour terminer la duxelles.**

À l'aide d'une poche à douille, fourrez de duxelles refroidie les 12 petites morilles pochées. Posez sur la crème de foie gras 3 morilles fourrées de duxelles.

**13. Fourrez les petites morilles pochées la veille de duxelles à l'aide d'une poche à douille.**

**14. Posez sur la crème de foie gras 3 morilles fourrées de duxelles.**

**Finition** et décoration
Versez 3 cl de bouillon préparé la veille sur chaque crème de foie gras. Couvrez d'aluminium ménager et laissez cuire 20 min au four à vapeur à 88 °C (th. 3).

Décorez en déposant des pluches de cerfeuil entre les morilles.

15. Versez 3 cl de bouillon au parfum de truffe préparé la veille sur chaque crème de foie gras.

16. Décorez avec des feuilles de cerfeuil après cuisson au four à vapeur.

# Étuvée de Saint-Jacques

## À LA FLEUR DE SEL, SALADE DE TRUFFE À LA VINAIGRETTE AU CÉLERI

POUR 4 PERSONNES

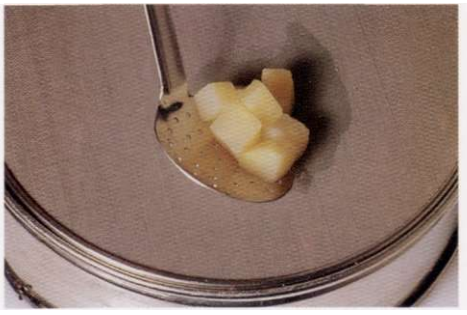
20 noix de Saint-Jacques
65 g de céleri-rave émincé
35 g de truffe émincée
60 g de mâche
Quelques petites feuilles de trévise
Quelques petites feuilles de roquette
Quelques petites feuilles de chêne
4 petites pointes de feuilles de céleri
25 g de truffe hachée
2 c. à s. de vinaigrette (voir p. 455)
2 c. à s. d'huile d'olive
Le jus de 1 citron
50 g de beurre
Ciboulette
Sel
Fleur de sel de Guérande
Poivre du moulin
Poivre blanc (mignonnette)

Purée de céleri
300 g de céleri-rave en dés de 2 cm
30 cl de lait
10 g de sel
2 cl d'huile d'olive
5 cl de crème fraîche double
6,5 cl de vinaigrette au jus de truffe (voir p. 455)
10 g de truffe hachée

Préparation de la purée de céleri
Faites cuire le céleri-rave dans le lait additionné de 70 cl d'eau et de 10 g de sel pendant 20 min. Égouttez et passez au tamis fin.

Montez la purée de céleri en y incorporant l'huile d'olive et en fouettant, puis ajoutez la crème fraîche en continuant à fouetter.

1. Faites cuire les dés de céleri dans le mélange de lait et d'eau salé.



2. Passez au tamis le céleri-rave cuit.

3. Montez la purée de céleri avec l'huile d'olive.

Préparation de la salade de truffe
Coupez 65 *g* de céleri-rave et 35 g de truffe en julienne.
Mélangez les feuilles destinées à la salade, la moitié de la julienne de céleri-rave et 25 g de truffe hachée. Assaisonnez avec 2 c. à s. de vinaigrette.

Réunissez le reste de julienne de céleri et la julienne de truffe. Mélangez le tout avec une très petite quantité de jus de citron, 1 c. à s. d'huile d'olive, de la fleur de sel et du poivre.

4. Ajoutez **la crème fraîche à la purée de céleri,** mélangez **pour obtenir une purée lisse.**

**5. Coupez en julienne le céleri et la truffe émincée destinés à la salade.**

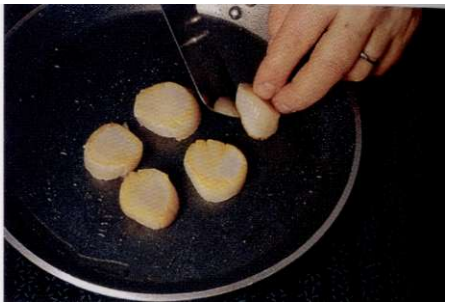
**6. Réunissez la moitié de la julienne de céleri-rave, la truffe hachée et les feuilles destinées à la salade, mélangez le tout avec la vinaigrette.**

Finition de la purée de céleri-rave
Ajoutez petit à petit 6,5 cl de vinaigrette au jus de truffe à la purée de céleri, émulsionnez, puis incorporez 10 g de truffe hachée. Rectifiez l'assaisonnement.

Cuisson des noix de Saint-Jacques
Faites chauffer 1 c. à s. d'huile d'olive dans une poêle antiadhésive. Déposez dedans les noix de Saint-Jacques et laissez-les cuire 1 min de chaque côté. Salez et poivrez.

**7. Ajoutez la vinaigrette au jus de truffe à la purée de céleri et mélangez bien.**

**8. Ajoutez la truffe hachée.**



**9. Poêlez à l'huile d'olive les noix de Saint-Jacques 1 min de chaque côté.**

Dressage
Mettez de la purée de céleri au centre des assiettes, posez dessus en forme de bouquet des feuilles de salade mélangées. Continuez avec de la julienne de céleri et de truffe.
Disposez rapidement des noix de Saint-Jacques autour.

**10. Sur une assiette, disposez en forme de rond de la purée de céleri-rave préparée dans la photo 8, disposez de la salade mélangée avec la vinaigrette.**

**11. Superposez de la julienne de céleri-rave et de truffe.**

**12. Disposez des noix de** Saint-Jacques autour.

**Faites chauffer** le beurre dans une sauteuse **jusqu'à ce** qu'il prenne une couleur noisette, **ajoutez le** reste du jus de citron en fouettant **pour** émulsionner. Passez au chinois, salez et **poivrez.**

Arrosez les noix de Saint-Jacques avec environ I c. à s. de ce beurre.
Ajoutez sur les noix I pincée de ciboulette ciselée, parsemez-les de poivre blanc mignonnette et d'un peu de fleur de sel. Servez immédiatement.

13. Faites **chauffer le beurre jusqu'à ce qu'il** devienne **noisette, ajoutez du jus de citron,** mélangez **pour émulsionner.**

**14. Arrosez les noix de Saint-Jacques avec la sauce au beurre.**

**15. Déposez sur les noix un peu de ciboulette, parsemez de poivre mignonnette et de fleur de sel.**

# Zéphyr de céleri et truffe

POUR 4 PERSONNES

210 g de céleri-rave pelé
10 cl de lait
5 g de Maïzena®
7 cl de crème fraîche
1 jaune d'œuf
½ œuf
8 oignons nouveaux
25 g de beurre
30 g de truffe hachée
Le blanc de 2 œufs
Noix de muscade
Sel fin
Gros sel
Sel au céleri
Poivre du moulin

Pour la sauce crème
½ oignon émincé
1 côte de céleri émincée
200 g de céleri-rave en dés
25 g de beurre
30 cl de crème fraîche
Sel
Sel au céleri
Poivre du moulin

Pour le cul de poule
Vinaigre d'alcool
Gros sel

Préparation du zéphyr
Coupez 150 g de céleri-rave en dés relativement gros. Réservez les 60 g restants
Versez le lait dans une casserole avec de l'eau et du gros sel. Portez à ébullition. Plongez les dés de céleri dedans et laissez-les cuire environ 20 min. Lorsque le céleri est tendre, égouttez-le et passez-le au tamis fin.

Délayez la Maïzena® avec 2 c. à s. d'eau, ajoutez-la à la purée de céleri et portez à ébullition en remuant sans cesse.
Versez la purée dans un saladier, ajoutez la crème fraîche, le jaune d'œuf et la moitié d'un œuf, puis mélangez. Assaisonnez avec du sel fin, du sel au céleri, du poivre et de la noix de muscade. Couvrez avec du film alimentaire.

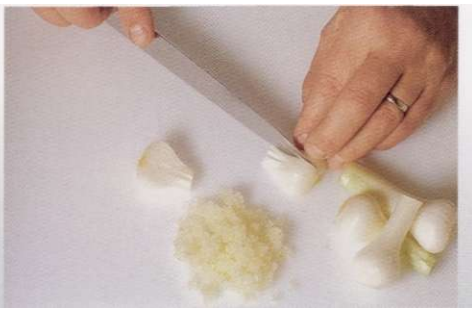
**1. Passez au tamis le céleri-rave cuit.**

**2. Ajoutez à la purée de céleri la Maïzena® délayée avec de l'eau, faites bouillir en mélangeant.**

**3. Versez la purée dans un saladier, ajoutez-y la crème fraîche, le jaune d'œuf et le 1/2 œuf entier.**

Préparation du mélange oignon et truffe
Ciselez finement les oignons nouveaux. Mettez-les dans une casserole avec 25 g de beurre et 1 pincée de sel. Laissez-les suer 4-5 min sans les laisser blondir. Ajoutez la truffe hachée, mélangez, couvrez pour que le parfum se diffuse et retirez du feu.

**4. Assaisonnez la purée avec du sel, du poivre, du sel au céleri et de la noix de muscade.**



**5. Ciselez finement les oignons nouveaux,**

**6. Faites suer 4-5 min les oignons nouveaux avec le beurre, sans les laisser blondir.**

Préparation de la sauce crème
Mettez dans une sauteuse l'oignon, le céleri émincés, les dés de céleri-rave, 25 g de beurre, 1 pincée de sel et couvrez. Faites suer pendant 5 min en évitant que les éléments se colorent. Lorsque les légumes sont devenus transparents et tendres, ajoutez la crème fraîche. Assaisonnez avec du sel au céleri et du poivre, et laissez cuire 15 min à feu doux.

Laissez reposer 5 min puis passez au chinois. Faites réduire la sauce pour qu'elle épaississe et rectifiez l'assaisonnement.

**7. Ajoutez la truffe hachée, couvrez pour que le parfum se diffuse.**

**8. Faites suer au beurre les légumes destinés à la sauce crème.**

**9. Lorsque les légumes sont tendres, ajoutez la crème fraîche.**

Finition du zéphyr
Coupez les 60 *g* de céleri-rave réservés en très petits dés de 2 mm et faites-les cuire à l'eau bouillante salée. Plongez-les dans de l'eau froide, puis égouttez-les.

Ajoutez à l'appareil du zéphyr le mélange d'oignon nouveau et de truffe ainsi que les dés de céleri-rave cuits, et mélangez.

**10. Coupez 60 g de céleri-rave en dés de 2 mm, faites-les cuire jusqu'à ce qu'ils soient tendres.**

**11. Ajoutez à l'appareil du zéphyr préparé dans la photo 4 les oignons nouveaux et la truffe de la photo 7.**

**12. Ajoutez les dés de céleri-rave cuits, et mélangez.**

Nettoyez un cul de poule en cuivre pour fouetter le blanc d'œuf.
Mettez dans un cul de poule en cuivre du gros sel et du vinaigre d'alcool et frottez-les avec une main pour éliminer les parties oxydées. Rincez le cul de poule à l'eau, ne l'essuyez pas, retournez-le et laissez-le égoutter.

Mettez les blancs d'œufs dans le cul de poule nettoyé, ajoutez 3 grains de gros sel et fouettez les blancs en neige ferme.

Ajoutez le blanc d'œuf fouetté à l'appareil du zéphyr, mélangez soigneusement mais délicatement.

**13. Frottez un cul de poule en cuivre avec du gros sel et du vinaigre d'alcool pour éliminer les parties oxydées.**

**14. Fouettez les blancs d'œufs en neige ferme dans le cul de poule nettoyé.**

**15. Ajoutez les blancs d'œufs en neige à l'appareil du zéphyr de la photo 12.**

**Finition** et dressage
Mettez 80 g par personne de mousse de zéphyr dans des petits récipients, couvrez avec du film alimentaire puis faites cuire 15 min dans un four à vapeur **à** 85 °C (th. 3). Ôtez les films.

Mélangez la sauce crème avec un mixeur, nappez-en la mousse de zéphyr. Servez bien chaud.

## Zéphyr

C'est un nom utilisé souvent pour des plats dont la finition est légère, aérienne.
Dans la mythologie grecque, c'est le nom du dieu du vent d'ouest. Il désigne aussi la brise.

**16. Mettez de la mousse de zéphyr dans des récipients individuels, couvrez avec du film alimentaire, faites cuire dans un four à vapeur à 85 -C (th. 3).**

**17. Nappez les mousses de zéphyr de sauce crème mixée.**

# Marinière de fins coquillages

## À LA FLEUR DE THYM

POUR 4 PERSONNES

32 couteaux
12 mini poireaux
3 pincées de thym
1 c. à s. d'échalote hachée
200 g de beurre
100 g de petites girolles
4 brins de romarin
4 brins de thym
3 cl de jus de citron
Sel
Poivre du moulin

Pour le jus de moule
500 g de moules
2 échalotes ciselées
1 petit oignon ciselé
1 noix de beurre
10 cl de vin blanc
1 petit bouquet garni
Poivre du moulin

Préparation du jus de moule
Grattez les moules et rincez-les bien.
Faites suer les échalotes et l'oignon avec le beurre et ajoutez le vin blanc. Portez à ébullition. Poivrez les moules, mettez-les dans le vin blanc bouillant et ajoutez le bouquet garni. Couvrez. Dès que toutes les moules sont ouvertes, retirez du feu. Laissez-les telles quelles pendant quelques minutes, retirez-les et passez le jus au chinois étamine.

Préparation de la marinière
Ouvrez les couteaux en insérant la pointe d'un couteau entre les deux coquilles. Sortez les mollusques des coquilles et rincez-les rapidement à l'eau fraîche. Coupez-les en tronçons de 4 mm. Réservez au réfrigérateur. Nettoyez 12 belles coquilles de couteaux et laissez-les sécher.

Rincez soigneusement les poireaux, coupez-les en biais en rondelles de 3 mm.
Faites bouillir de l'eau avec du sel et faites-y cuire les poireaux environ 1 min pour qu'ils restent croquants. Égouttez-les et faites-les refroidir rapidement.

**1. Insérez la lame d'un couteau entre les deux coquilles des couteaux, retirez les mollusques.**

**2. Coupez les couteaux en tronçons de 4 mm.**

**3. Coupez les poireaux en biais en rondelles de 3 mm.**

Beurrez généreusement une sauteuse, salez et poivrez. Mettez-y les couteaux, poivrez, puis saupoudrez de 1 pincée de thym.
Préparez 4 bottes composées chacune de 1 brin de thym et de 1 brin de romarin.

Faites réduire de moitié le jus de moule puis ajoutez 50 g de beurre en petits morceaux, en fouettant. Ajoutez 1 pincée de thym et remuez en ajoutant le jus de citron. Rectifiez l'assaisonnement et maintenez au chaud (sauce de moule).

Faites fondre l'échalote hachée 2 min dans 1 noix de beurre. Nettoyez les girolles. Faites chauffer dans une poêle 1 noix de beurre, mettez les girolles dedans et faites-les sauter à feu vif. Salez et poivrez. Juste avant de retirer la poêle du feu, ajoutez les échalotes et mélangez. Maintenez au chaud.

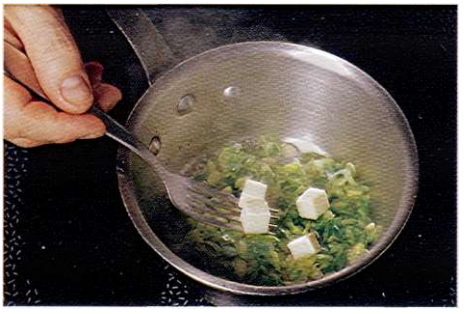
**4. Menez les couteaux dans une sauteuse généreusement beurrée, poivrez et saupoudrez de thym.**

**5. Faites réduire de moitié le jus de moule, montez-le avec du beurre.**

**6. Faites sauter les girolles avec du beurre. Retirez-les du feu, ajoutez l'échalote que vous avez fait suer.**

En même temps que vous faites sauter les girolles, faites chauffer légèrement la sauteuse contenant les couteaux, en prenant garde de ne pas trop cuire les mollusques. Vérifiez l'assaisonnement et homogénéisez le goût avec le beurre du sautoir.

Faites réchauffer les poireaux dans de l'eau bouillante, égouttez-les, mettez-les dans une sauteuse et liez-les avec du beurre. Assaisonnez. Déposez sur une grille les coquilles de couteaux nettoyées.



**7. Liez les poireaux réchauffés avec du beurre.**

**8. Répartissez les poireaux dans les coquilles de couteaux nettoyées posées sur une grille.**

Finition et dressage

Répartissez les poireaux dans les coquilles et accompagnez-les de couteaux et de girolles.

Disposez les couteaux sur des assiettes. Nappez de quelques cuillerées de sauce de moule, décorez avec un petit bouquet de thym et de romarin. Parsemez de thym.

**9. Ajoutez les couteaux et les girolles dans les coquilles.**

**10. Nappez de sauce de moules.**

# Mille chou

## AUX JEUNES LÉGUMES

POUR 4 PERSONNES

6-8 feuilles de chou vertes et tendres
50 g de beurre clarifié (voir p. 455)
Sel

Pour la garniture
150 g d'épinards
8 mini carottes avec leurs fanes
8 petits navets avec leurs fanes
8 pois mange-tout
50 g de haricots verts fins
8 petits oignons nouveaux
4 artichauts poivrade
80 g de petites girolles
1 pincée d'échalote ciselée
1 gousse d'ail
80 g de beurre
1 c. à c. de cerfeuil concassé
Sel
Poivre du moulin

Pour la sauce fleurette
20 cl de bouillon de volaille épais (voir p. 448)
30 cl de crème fraîche
20 g de beurre
Sauce pimentée (Tabasco®)
Sel
20 cl de jus de volaille épais (voir p. 450)

Préparation des feuilles de chou
Blanchissez les feuilles de chou pendant environ 1 min dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les, refroidissez-les dans de l'eau glacée, égouttez-les à nouveau et déposez-les sur un torchon pour les sécher.
Coupez la côte des feuilles dans l'épaisseur, aplatissez-les avec un attendrisseur à viande ou un rouleau à pâtisserie. Posez-les entre deux torchons pour éponger l'eau.
Préchauffez le four à 120 °C (th. 4). Couvrez une plaque de papier cuisson. Coupez les feuilles de chou en deux, posez-les sur le papier et badigeonnez-les de beurre clarifié. Recouvrez-les de papier cuisson, posez une autre plaque dessus pour les maintenir à plat. Mettez au four et laissez cuire pendant 25 min. Attention à ne pas prolonger la cuisson pour éviter l'altération de la couleur.
Sortez les feuilles de chou du four. Placez-les entre deux épaisseurs de papier absorbant pour retirer l'excédent d'eau. Saupoudrez-les de sel et faites-les sécher à l'air libre.

**1. Blanchissez les feuilles de chou dans de l'eau bouillante salée.**

2. Coupez la côte centrale de chaque feuille pour la désépaissir.

3. Badigeonnez les feuilles de chou aplaties de beurre clarifié.

## Beurre clarifié

Coupez du beurre en dés, mettez-les dans une casserole, dans un bain-marie à feu doux.
Lorsque le beurre a fondu, augmentez le feu (feu moyen) et faites chauffer jusqu'à ce que des crépitements se fassent entendre.
Retirez du feu et attendez que les impuretés se déposent au fond de la casserole.
Écumez, puis filtrez dans un tamis tapissé de papier absorbant ou de gaze.
À partir de 250 g de beurre, on obtient environ 180 g de beurre clarifié. Ce beurre peut être conservé quelques semaines au réfrigérateur, dans un récipient hermétiquement fermé.

Préparation de la sauce fleurette
Faites réduire légèrement le bouillon de volaille, ajoutez-y la crème fraîche et rectifiez l'assaisonnement avec quelques gouttes de Tabasco®.
Faites réduire la sauce jusqu'à l'épaisseur appropriée puis ajoutez le beurre en dés, en remuant.

**4. Déposez les feuilles de chou sur une plaque, entre deux feuilles de papier cuisson, couvrez d'une autre plaque et mettez dans le four chaud.**

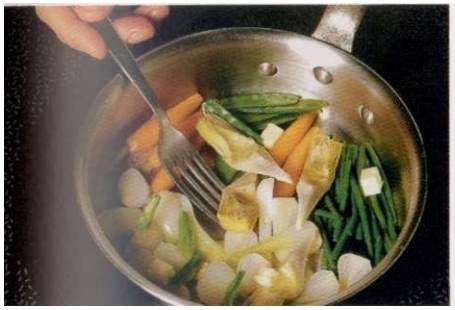
**5. Essuyez de nouveau les feuilles après leur passage au four, salez et faites sécher à l'air libre.**

**6. Ajoutez la crème fraîche au bouillon de volaille un peu réduit.**

**Préparation** de **la garniture**
Laissez un peu de fanes aux carottes et aux navets. Taillez-les en morceaux de la taille d'une bouchée. Faites cuire chaque sorte de légume séparément dans de l'eau bouillante salée, à l'exception des épinards. Égouttez-les.

Mettez les légumes cuits et 1 noix de beurre dans une sauteuse et faites-les chauffer doucement. Ajoutez quelques cuillerées de sauce fleurette chaude et mélangez.

Faites sauter rapidement les girolles avec du beurre et l'échalote ciselée. Salez, poivrez, ajoutez le cerfeuil concassé et éteignez le feu. Faites fondre 1 noix de beurre dans une sauteuse, ajoutez l'ail, puis les épinards, faites-les sauter jusqu'à ce qu'ils aient diminué de volume, salez et poivrez.



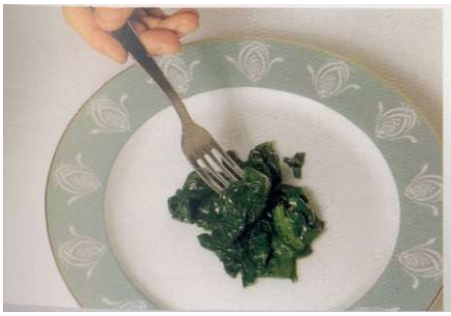
**7. Mettez dans une sauteuse les légumes cuits séparément à l'eau bouillante avec un peu de beurre.**

**8. Ajoutez de la sauce fleurette et mélangez.**

**9. Faites sauter les épinards avec du beurre et l'ail.**

Finition et dressage
Répartissez les épinards au centre des assiettes, disposez les légumes dessus en les regroupant puis parsemez de girolles.

Disposez sur chaque assiette 3 choux croustillants en forme de pyramide.
Versez un peu de jus de volaille épais.



10. Disposez les épinards sur les assiettes.

**11. Posez les légumes en les regroupant, en forme de dôme.**

**12. Placez 3 choux croustillants en les appuyant les uns aux autres, pour créer une pyramide.**

# Rouelles de homard

## À LA VAPEUR AUX HERBES EN CIVET

POUR 4 PERSONNES

4 homards femelles de 450 g chacun
125 g de pousses d'épinard
100 g de beurre mou
Cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

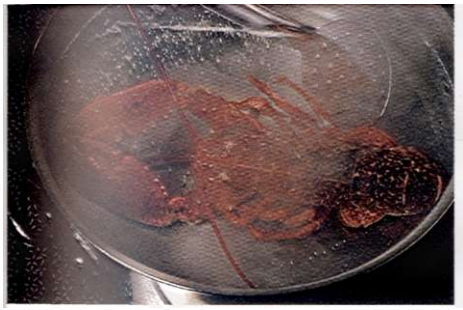
Pour la sauce civet
1 bouteille de vin rouge corsé
7 cl d'huile d'olive
2 échalotes pelées
1 petite carotte pelée
150 g de fenouil ou de côte de céleri
4 gousses d'ail pelées
1 bouquet garni
1 c. à s. de concentré de tomate
1 pincée de graines de fenouil
1 pincée de grains de poivre blanc
60 g de beurre

Pour la garniture
50 g d'échalote
50 g de carotte
25 g de côte de céleri
2 gousses d'ail
50 g de gros champignons de Paris
30 g de beurre
1 c. à s. d'estragon haché

Pour le cordon
100 g de crevettes grises
10 cl de crème fraîche
50 g de beurre

Plongez les homards 2 min dans de l'eau bouillante salée. Détachez les têtes et les pinces. Récupérez le corail qui se trouve dans les têtes, ajoutez-v 60 g de beurre et tamisez. Conservez au froid.

Décortiquez les queues et les pinces. Ôtez les cartilages des chairs des pinces et conservez au froid.
Réservez les carapaces.



**1. Mettez les homards dans de l'eau bouillante salée, faites-les cuire 2 min.**

**2. Détachez les pinces des homards. Séparez les têtes des queues.**

**3. Sortez le corail des têtes, mélangez-le avec du beurre et tamisez.**

Blanchissez les pousses d'épinard. rafraîchissez-les dans de l'eau froide additionnée de glaçons puis posez-les sur un torchon pour les égoutter.

Coupez en 4 morceaux égaux les queues de homard. Beurrez abondamment chaque morceau coupé, salez-les, poivrez-les et conservez-les au froid.

4- Blanchissez **les feuilles d'épinard, rafraîchissez-**les dans **de l'eau froide additionnée de glaçons, égouttez-les sur un torchon.**

**5. Beurrez les morceaux de homard.**

**6. Déposez des pousses d'épinard en ronds de 8 cm de diamètre sur du film alimentaire beurré.**

**Préparation des aumônières**

Beurrez du film alimentaire et déposez dessus des pousses d'épinard en formant des ronds de 8 cm de diamètre. Beurrez les épinards, posez sur chacun un morceau de homard bien froid, rabattez dessus les pousses d'épinard et enveloppez bien serrés dans le film alimentaire coupé largement autour.
Confectionnez 16 aumônières.

7. Beurrez le dessus des épinards.

8. Posez un morceau de homard sur les épinards.

9. Rabattez les épinards sur le homard et enveloppez, bien serré dans le film alimentaire.

Préparation de la sauce civet

Faites chauffer le vin rouge et flambez-le. Concassez les carapaces des homards. Coupez les légumes en mirepoix. Faites suer la mirepoix de légumes avec 1 cuillerée à soupe d'huile d'olive. Faites chauffer le reste de l'huile d'olive à feu vif. Lorsqu'elle est presque sur le point de fumer, ajoutez les carapaces des homards et faites-les sauter quelques minutes.

Ajoutez le concentré de tomate, les graines de fenouil, l'ail, le poivre blanc, le bouquet garni et la mirepoix. Versez-y le vin rouge puis de l'eau pour arriver juste à hauteur des carapaces.

Laissez cuire 20 min. Laissez reposer quelques minutes avant de les passer au tamis fin en les écrasant.

Faites réduire la sauce de moitié en écumant, puis liez-la avec le corail, sans laisser bouillir. Lorsque vous arrivez à bonne consistance, tamisez. «

**10. Faites flamber le vin rouge destiné à la sauce.**

**11. Faites sauter les carapaces des homards, ajoutez la mirepoix.**

**12. Ajoutez le vin rouge et versez de l'eau juste à hauteur des carapaces.**

Pour la garniture
Epluchez les légumes, coupez-les en dés de 5 mm (brunoise), y compris l'ail.
Faites fondre le beurre dans une sauteuse, ajoutez les échalotes et 1 pincée de sel, couvrez et laissez étuver pendant environ 4 min à feu doux. Ajoutez les carottes, laissez 2 min, puis mettez le céleri et l'ail et laissez encore étuver 2 min.

Incorporez alors les champignons, salez et poivrez, puis laissez cuire 15 min toujours à couvert et à feu doux, en évitant que les légumes se colorent. Égouttez le contenu de la sauteuse. Ajoutez la brunoise de légumes à la sauce ainsi que l'estragon haché. Vérifiez l'assaisonnement, rectifiez-le et maintenez au chaud.

13. Passez les carapaces au tamis en les écrasant.

14. Après avoir mélangé un peu de sauce au corail, mettez ce mélange dans la sauce pour la lier.

15. Coupez les légumes de la garniture en brunoise de 5 mm.

**Préparation du cordon**
Arrosez 100 g de crevettes grises avec 10 cl d'eau bouillante et laissez reposer 10 min, puis filtrez. Ajoutez la crème fraîche, faites réduire de moitié puis montez avec le beurre en mélangeant au mixeur.

**16. Faites étuver les échalotes, puis ajoutez dans l'ordre suivant carotte, céleri, ail, champignons.**

**17. Ajoutez la garniture de légumes à la sauce.**

**18. Versez 10 cl l'eau bouillante sur les crevettes grises destinées au cordon pour obtenir un fumet.**

Cuisson des aumônières
Faites cuire les aumônières dans un cuit-vapeur pendant 3 min. Ajoutez les pinces de homard et laissez cuire encore 1 min. Sortez les aumônières et les pinces, puis retirez le film qui enveloppe les aumônières. Posez celles-ci sur un torchon pour les égoutter.

**19. Ajoutez la crème fraîche au fumet et faites réduire de moitié.**

**20. Faites cuire les aumônières à la vapeur pendant 3 min, ajoutez les pinces de homard et laissez cuire encore 1 min.**

**21. Retirez le film qui enveloppe les aumônières et posez celles-ci sur un linge.**

Dressage
Disposez 4 aumônières au centre de chaque assiette creuse et posez les pinces sur la partie supérieure de l'assiette.

Nappez avec la sauce civet.
Versez un filet de cordon tout autour et décorez avec du cerfeuil.

22. Disposez les aumônières dans des assiettes creuses et accompagnez-les des pinces.

23. Versez un filet de cordon au bord de la sauce civet.

# Étuvée de homard

## AUX MORILLES ET ASPERGES

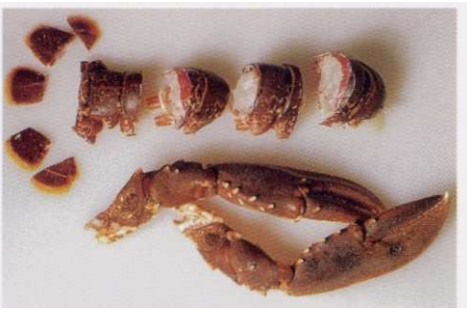
POUR 4 PERSONNES

4 homards de 500 g chacun
160 g de morilles
20 pointes de grosses asperges vertes coupées à 5 cm
60 cl de crème fraîche
3 c. à s. d'huile d'olive
100 g de fenouil émincé
100 g de côte de céleri émincée
150 g de beurre
1 bouquet garni
10 cl de porto
2 échalotes hachées
1 c. à s. de cerfeuil haché
Pluches de cerfeuil
2 grosses pincées de curry en poudre
Sel
Poivre du moulin

Plongez les homards vivants dans de l'eau bouillante salée, laissez-les 2 min, puis égouttez-les.
Détachez les pinces des homards. Séparez la tête de la queue. Coupez la pointe des queues, puis chaque queue en quatre. Pour faciliter la dégustation, incisez la partie ventrale avec des ciseaux. Décortiquez les pinces et retirez soigneusement les cartilages.

Coupez en deux longitudinalement les têtes des homards, retirez le corail et les parties crémeuses. Tamisez-les, ajoutez 4 c. à s. de crème fraîche, mélangez et conservez au froid.
Faites cuire les pointes d'asperge 10 min dans de l'eau bouillante salée, puis rafraîchissez-les dans de l'eau froide.

1. Détachez la tête du corps des homards.



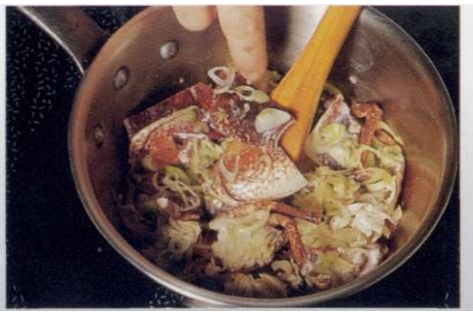
2. Coupez les queues de homard en quatre, éliminez la pointe des queues. Décortiquez les pinces.

3. Incisez le dessous des carapaces pour faciliter la dégustation.

Préparation de la sauce
Faites chauffer 1 c. à s. d'huile d'olive et faites sauter les carapaces concassées à feu vif.
Faites sauter séparément les légumes émincés avec une noix de beurre.

Réunissez les carapaces et les légumes, ajoutez le bouquet garni, versez le porto et portez à ébullition. Ajoutez 50 cl de crème fraîche et laissez frémir 20 min.
Tamisez au chinois étamine en écrasant.

**4. Faites colorer à feu vif les carapaces de homard avec de l'huile d'olive. Faites sauter les légumes avec du beurre.**



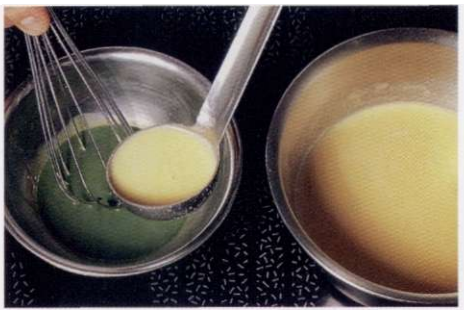
**5. Réunissez les carapaces et les légumes, ajoutez le bouquet garni.**

**6. Versez le porto, portez à ébullition.**

**Ajoutez** une **louche de sauce au mélange de corail** et de crème, **mélangez au fouet, remettez dans la** sauce et **mélangez encore au fouet. Faites cuire** à feu doux en **remuant, sans laisser bouillir.**

**Montez avec du beurre pour obtenir une sauce lisse et assaisonnez. Passez au chinois. Maintenez à une température appropriée.**

**7. Après avoir ajouté la crème fraîche et laissé cuire 20 min, passez au chinois en écrasant.**



**8. Ajoutez de la sauce au mélange de corail et de crème fraîche, mélangez.**

**9. Faites chauffer en remuant au fouet, sans laisser bouillir.**

Supprimez le pied des morilles, lavez-les soigneusement et égouttez-les. Faites suer les échalotes hachées avec une noix de beurre pendant 2 min. Coupez les morilles en deux longitudinalement. Faites-les suer pendant quelques minutes avec 1 noix de beurre et assaisonnez. Ajoutez les échalotes et laissez cuire encore quelques minutes. Ajoutez le cerfeuil haché et mélangez.

10. Coupez les morilles en deux, longitudinalement.

11. Faites-les suer pendant quelques minutes avec 1 noix de beurre.

12. Ajoutez les échalotes que vous avez fait suer, laissez cuire quelques minutes.

Faites chauffer les pointes d'asperge avec du beurre en les assaisonnant.
Pendant ce temps, salez les homards et saupoudrez-les de curry. Faites chauffer 2 c. à s. d'huile d'olive dans une sauteuse, rangez dedans les morceaux de queue de homard les uns à côté des autres. Ajoutez les pinces 2 min après et faites-les cuire pendant 2 min. Jetez l'huile de cuisson.

13. Ajoutez le cerfeuil haché et mélangez.

14. Salez et saupoudrez de curry les queues et les pinces des homards.

**15. Ajoutez les pinces 2 min après avoir mis les queues de homard dans l'huile d'olive chaude.**

**Finition et dressage**
Disposez au centre d'une assiette des morceaux de queue et des pinces de homard. Nappez de sauce et accompagnez de morilles et d'asperges. Décorez avec des pluches de cerfeuil.

**16. Disposez sur une assiette des morceaux de queue et des pinces, nappez de sauce.**

**17. Disposez des morilles autour du homard.**

**18. Accompagnez de pointes d'asperge.**

# Rouelles de homard

## MEUNIÈRE AUX ÉPICES

POUR 4 PERSONNES

4 homards de 450 g chacun
12 asperges vertes de taille moyenne
½ c. à s. de curry en poudre
5 cl d'huile d'olive
½ c. à s. de jeunes aiguilles de romarin
2 échalotes hachées finement
1 pincée de poivre noir mignonnette
80 g de beurre
Sel
Poivre du moulin

Pour la sauce
10 cl d'huile d'olive
1 carotte en mirepoix fine
½ oignon en mirepoix fine
3 échalotes émincées
1 côte de céleri émincée
¼ de fenouil émincé
2 tomates pelées et coupées en dés
1 c. à s. de concentré de tomate
1 brin de romarin
1 brin de thym
1 pincée de graines de fenouil
5 gousses d'ail dégermées
1 bouquet garni
Sel
Poivre du moulin

Plongez les homards 2 min dans de l'eau bouillante salée.
Séparez les têtes des queues et détachez les pinces. Coupez chaque queue en quatre.
Décortiquez les pinces et retirez les cartilages.

Coupez en deux longitudinalement les têtes et éliminez la poche à graviers. Réservez au réfrigérateur le corail qui n'est pas utilisé dans cette recette. Mettez les carapaces de côté pour la sauce.
Salez et poivrez les queues et les pinces, saupoudrez-les de curry.

1. Mettez les homards entiers dans de l'eau bouillante salée, laissez-les 2 min.

2. Coupez chaque queue en quatre. Décortiquez les pinces et retirez les cartilages.

**Préparation de la sauce**
Concassez les carapaces des homards. Faites suer quelques minutes la carotte, l'oignon, les échalotes, le céleri et le fenouil dans l'huile d'olive.
Faites revenir les tomates coupées en dés, le concentré de tomate, le romarin, le thym, les graines de fenouil, l'ail et le bouquet garni. Mélangez.

Ajoutez ensuite les carapaces et faites sauter le tout.
Versez de l'eau froide presque à hauteur, faites cuire 20 min en laissant bouillir doucement, en écumant et en retirant la graisse qui monte à la surface. Tamisez.

**3. Salez, poivrez et saupoudrez de curry les queues et les pinces.**

**4. Faites suer les légumes destinés à la sauce, ajoutez-y les carapaces concassées et faites-les sauter ensemble.**

**5. Versez de l'eau froide presque à hauteur des ingrédients, faites cuire 20 min en écumant et en retirant la graisse.**

**Ajoutez** au jus obtenu Vi c. à s. **d**'aiguilles **de** romarin, 2 échalotes ciselées, **1 pincée de** poivre mignonnette et assaisonnez.
Couvrez, posez à côté du four et laissez les parfums se diffuser.
Faites cuire les pointes d'asperge 8 min dans de l'eau bouillante salée, plongez-les dans de l'eau additionnée de glaçons, puis égouttez-les.

Coupez-les en biseau à 6 cm de la pointe.
Faites chauffer 5 cl d'huile d'olive dans une sauteuse, déposez dedans les morceaux de queue de homard. Laissez cuire 2 min à feu doux et retournez-les. Ajoutez les pinces 1 min avant que les queues soient cuites. Retournez les pinces de homard, laissez cuire quelques secondes, puis retirez l'huile.

**6. Tamisez le contenu de la casserole.**

**7. Ajoutez au jus de la photo 6 les aiguilles de romarin, les échalotes hachées et le poivre mignonnette.**

**8. Couvrez et laissez les parfums se diffuser.**

**Finition et dressage**
Faites réchauffer les asperges dans de l'eau bouillante, égouttez-les, liez-les au beurre et assaisonnez-les.
Disposez sur les assiettes les queues et les pinces **de** homard et ajoutez les asperges dessus.

Nappez de quelques cuillerées de sauce de manière à ce que le romarin, le poivre et l'échalote contenus dans la sauce soient répartis régulièrement sur toutes les assiettes.

**9. Faites cuire les queues de homard avec l'huile d'olive. Ajoutez les pinces 1 min avant qu'elles soient cuites.**

**10. Disposez les queues et les pinces sur les assiettes et accompagnez-les de pointes d'asperge.**

**11. Nappez de sauce en répartissant les herbes et les épices d'une manière régulière.**

# Langouste aux épices rôtie

## AU ROMARIN, PENNE AUX TRUFFES

POUR 4 PERSONNES

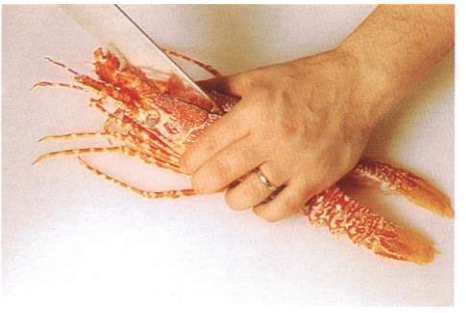
4 langoustes de 450 g chacune
32 penne
25 cl de vinaigre d'alcool
25 cl de lait
3 gousses d'ail
2 c. à s. d'huile d'arachide
Curry de Madras en poudre
10 cl d'huile d'olive
40 g de beurre
15 cl de crème fraîche
15 g de truffe hachée
50 g de parmesan non râpé
Sel fin
Gros sel
Poivre du moulin

Pour la sauce
Têtes et carapaces de langouste concassées
1 carotte en mirepoix fine
½ oignon en mirepoix fine
3 échalotes émincées
1 côte de céleri émincée
½ fenouil émincé
1 bouquet garni
5 gousses d'ail dégermées et coupées en deux
2 tomates pelées et coupées en dés
10 cl d'huile d'olive
1 c. à s. de concentré de tomate
1 pincée de graines de fenouil
1 c. à s. de jeunes aiguilles de romarin
2 échalotes hachées finement
1 pincée de poivre mignonnette
Sel

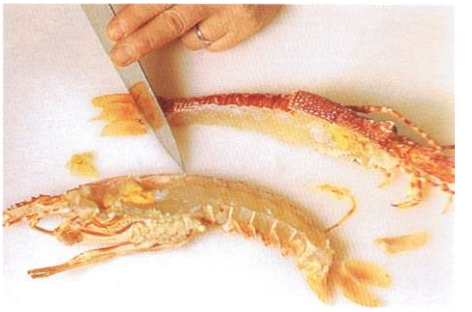
Faites bouillir de l'eau, ajoutez du gros sel et le vinaigre. Plongez-y les langoustes, laissez-les cuire pendant 2 min à petits bouillons. Sortez-les et égouttez-les.

Coupez les langoustes en deux longitudinalement. Eliminez la poche à graviers de la tête, coupez en biais uniformément les pointes des queues.

**1. Mettez les langoustes dans de l'eau bouillante vinaigrée, laissez cuire pendant 2 min en faisant bouillir légèrement.**



**2. Coupez les langoustes en deux longitudinalement.**



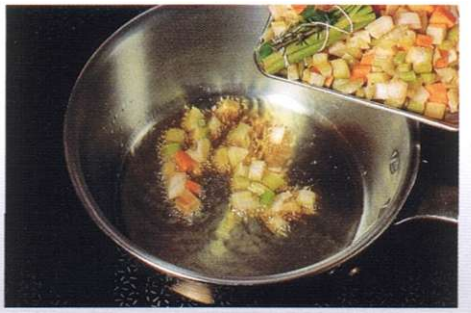
**3. Coupez en biseau la pointe des queues.**

Ajoutez à de l'eau le lait, du sel, l'ail et l'huile d'arachide puis portez à ébullition. Plongez les penne dans le liquide et laissez cuire 9 min. Retirez du feu, laissez reposer pendant 4 min, égouttez et laissez refroidir.

Faites suer quelques minutes les légumes destinés à la sauce (carotte, oignon, échalotes émincées, céleri et fenouil) dans l'huile d'olive. Saupoudrez les langoustes de sel et de curry.

Faites chauffer l'huile d'olive, déposez les langoustes dedans, côté chair sur le fond. Laissez cuire 1 min, retournez-les et laissez-les encore 1 min.

**4. Cuisez les penne dans de l'eau bouillante additionnée du lait, de sel, de l'ail et de l'huile d'arachide.**

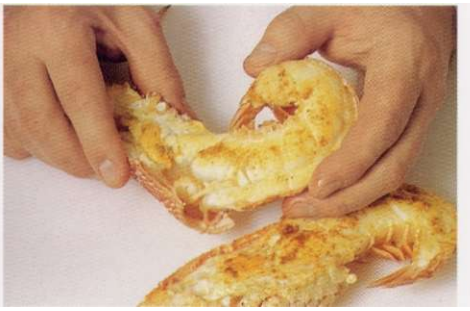


**5. Faites suer les légumes destinés à la sauce.**

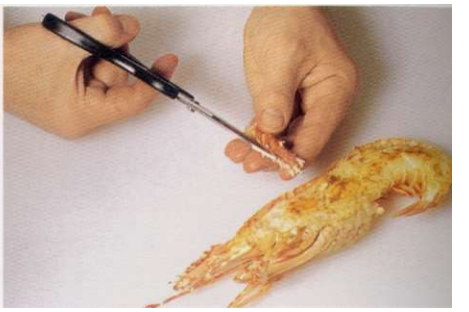
6. Saupoudrez les langoustes de sel et de curry.

Détachez la tête des queues des langoustes. Ôtez les carapaces et mettez-les de côté pour la sauce. Coupez les antennes et réservez-les pour la décoration.

**7. Faites cuire les langoustes côté chair pendant 1 min, retournez-les et faites-les cuire encore 1 min. Égouttez-les.**



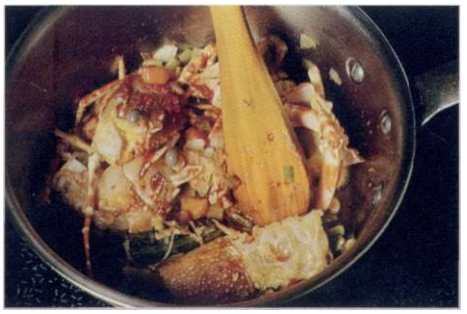
**8. Détachez les têtes des langoustes.**



**9. Coupez les antennes et réservez-les. Incisez-les pour faciliter la dégustation.**

Préparation de la sauce
Concassez les têtes des langoustes et ajoutez-les, avec les carapaces, aux légumes destinés à la sauce. Ajoutez également le bouquet garni, l'ail, le concentré de tomate, les tomates en dés, les graines de fenouil et versez suffisamment d'eau pour recouvrir les ingrédients. Faites cuire 20 min en laissant bouillir doucement. Pendant cette opération, écumez en évitant d'enlever la graisse qui remonte à la surface.

Tamisez, faites réduire la sauce de moitié en écumant et rectifiez l'assaisonnement. Ajoutez à la sauce le romarin, le poivre mignonnette et les échalotes hachées.



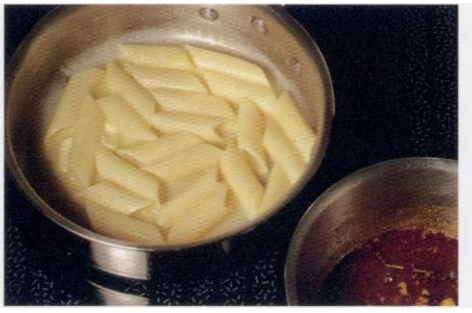
**10. Concassez les têtes des langoustes, ajoutez-les avec les carapaces aux légumes de la photo 5.**

**11. Ajoutez le concentré et les dés de tomate, le bouquet garni, l'ail et les graines de fenouil, couvrez d'eau, faites cuire 20 min.**

**12. Tamisez la préparation.**

Finition des penne et dressage
Liez les penne avec le beurre. Incorporez la crème fraîche, puis ajoutez la moitié de la truffe hachée. Salez et poivrez.
Disposez des penne autour de chaque assiette comme pour dessiner un demi-cercle.

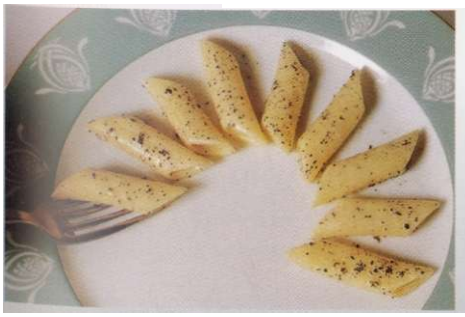
13. Ajoutez à la sauce réduite le romarin, le poivre mignonnette et les échalotes hachées.



**14. Liez les penne avec le beurre, ajoutez-y la crème fraîche.**

**15. Ajoutez de la truffe hachée.**

Passez les langoustes 3 à 4 minutes au four. Disposez-les sur les assiettes et décorez avec les antennes. Parsemez les penne du reste de la truffe hachée et râpez des petits copeaux de parmesan au-dessus.
Nappez les langoustes de sauce.



[1]6. Disposez les penne sur les assiettes.

**17. Râpez du parmesan sur les penne.**

18. Nappez les langoustes de sauce.

# Nage de langouste
## AUX AROMATES

POUR 4 PERSONNES

4 langoustes de 500 g chacune
1 carotte pelée
½ concombre pelé
6 gros champignons de Paris parés
2 oignons nouveaux en rondelles fines
30 g de petits pois écossés
140 g de beurre
Un peu de jus de citron
2 c. à s. de zeste de citron râpé
3 c. à s. de gingembre en julienne
1 c. à s. de zeste de citron en julienne blanchi
1 c. à s. de feuilles d'estragon
Les pointes de 1 botte de ciboulette
1 botte de cerfeuil
20 g de truffe hachée
Sel
Poivre du moulin

Pour la nage
10 cl de crème fraîche
1 c. à c. de jus de citron
80 g de beurre

Pour le court-bouillon
1 oignon en rondelles fines
1 carotte en rondelles fines
1 côte de céleri émincée
2 gousses d'ail dégermées et coupées en deux
15 g de gingembre pelé
1 bouquet garni
1 c. à c. de graines de fenouil
4 c. à s. de gros sel
1 c. à c. de grains de poivre blanc
1 anis étoilé
50 cl de vin blanc
25 cl de vinaigre de vin blanc
4 bandes de zeste d'orange non traitée

Préparation du court-bouillon
Versez 4 1 d'eau dans une marmite, ajoutez l'oignon, la carotte, le céleri, l'ail, le gingembre, le bouquet garni, les graines de fenouil, le gros sel, les grains de poivre et l'anis étoilé. Faites chauffer. A ébullition, réduisez le feu, couvrez et laissez cuire 20 min à petits bouillons. Ajoutez le vin blanc, le vinaigre et le zeste d'orange puis laissez cuire encore 5 min.
Rincez les langoustes à l'eau froide et faites-les cuire 5 min dans le court-bouillon. Retirez du feu. Laissez-les 30 min dans le court-bouillon.

Préparation de la garniture
Prélevez la pulpe de la carotte et du concombre en petites boules à l'aide d'une cuillère à racines de 5 mm de diamètre. Réalisez la même opération avec les champignons à l'aide d'une cuillère un peu plus grande. Arrosez les champignons de jus de citron.
Faites cuire séparément la carotte, le concombre et les petits pois dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les et laissez-les refroidir.

Faites cuire brièvement les champignons avec 15 g de beurre et 1 pincée de sel. Égouttez-les. Blanchissez les rondelles d'oignon nouveau et rafraîchissez-les.
Dans une sauteuse, mettez les petites boules de carotte, de concombre et de champignon, ainsi que les petits pois, les rondelles d'oignon nouveau et le zeste de citron râpé. Ajoutez 20 g de beurre, salez et poivrez.
Mettez au frais.

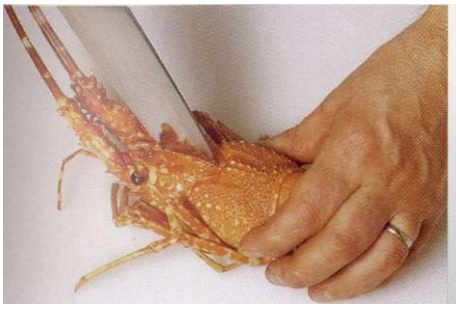
**1. Faites cuire les langoustes 5 min dans le court-bouillon. Laissez-les dans le liquide pendant 30 min.**

**2. Découpez la carotte et le concombre en boules de 5 mm de diamètre. Découpez les champignons en boules un peu plus grandes.**

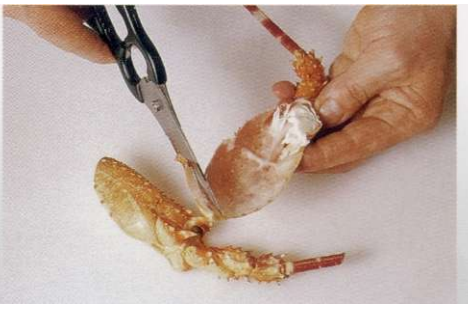
**3. Mettez le zeste de citron râpé dans la garniture, ajoutez du beurre, salez et poivrez.**

Sortez les langoustes du court-bouillon. Coupez longitudinalement en deux chaque langouste et enlevez la poche à graviers des têtes.
Sortez la chair des queues de leur carapace.

Évidez 2 têtes, égalisez leur forme et lavez soigneusement l'intérieur. Vous décorerez chaque assiette avec Vi tête.



**4. Coupez chaque langouste en deux longitudinalement.**



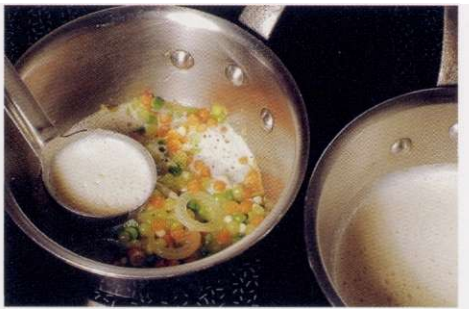
**5. Égalisez les carapaces des têtes et lavez-les soigneusement.**

**6. Ajoutez à 50 cl de court-bouillon filtré la crème fraîche et le jus de citron.**

Préparation de la nage
Filtrez 50 cl du court-bouillon dans lequel ont cuit les langoustes, faites-le chauffer à feu doux, ajoutez la crème fraîche et le jus de citron. Incorporez le beurre en dés en travaillant avec un mixeur plongeant. Rectifiez l'assaisonnement et passez au chinois.

Versez la nage sur les légumes de la garniture à l'aide d'une louche, puis ajoutez la julienne de zeste de citron et la julienne de gingembre. Faites réchauffer.

**7. Incorporez le beurre en travaillant avec un mixeur plongeant.**



**8. Ajoutez à la garniture la nage de la photo 7.**

**9. Ajoutez à la nage les juliennes de zeste** de **citron et de gingembre.**

Finition et dressage
Faites réchauffer la chair des langoustes à feu doux et déposez-les dans des assiettes creuses. Garnissez avec Vi carapace de tête.
Nappez généreusement avec la nage mélangée à la garniture.

Parsemez de truffe hachée et décorez d'estragon, de ciboulette et de cerfeuil.
Vous pouvez aussi ajouter les herbes pour la finition de la nage.

10. Disposez la chair des langoustes et les carapaces des têtes dans les assiettes, arrosez avec la nage.

11. Décorez avec l'estragon, la ciboulette et le cerfeuil.

# Turban de langoustines

## EN SPAGHETTI

POUR 4 PERSONNES

19 langoustines
24 spaghetti longs
5 cl d'huile d'olive
10 g de truffe hachée
+ 20 g de truffe entière
3 cl de crème fraîche
90 g de beurre mou
Sel
Gros sel
Poivre du moulin

Pour la sauce
30 g d'oignon
20 g de côte de céleri
20 g d'échalote
40 g de fenouil
10 cl d'huile d'olive
1 bouquet garni
20 cl de crème fraîche
30 g de beurre
½ citron
Sel
Poivre mignonnette

Faites bouillir de l'eau avec 5 cl d'huile d'olive et du gros sel. Plongez les spaghetti dedans et faites-les cuire 5 min. Retirez-les du feu, laissez-les reposer 1 min. rafraîchissez-les dans de l'eau froide puis égouttez-les. Couvrez-les avec du film alimentaire pour éviter qu'ils sèchent. Ne les arrosez pas d'huile.

Retirez les têtes des langoustines, décortiquez les queues et égalisez le côté de la tête. Incisez légèrement les chairs pour éviter qu'elles se rétractent pendant la cuisson.
Déposez 16 langoustines sur un plat, salez-les, poivrez-les et parsemez-les de truffe hachée.

Préparation de la mousse
Passez au robot les chairs de 3 langoustines et les miettes de chair. Salez, poivrez, ajoutez petit à petit 3 cl de crème fraîche et mélangez. Passez au tamis fin.

**1. Faites cuire les spaghetti pendant 5 min dans de l'eau bouillante additionnée d'huile d'olive et de gros sel.**

**2. Régularisez le haut des langoustines, et incisez-les pour qu'elles ne se rétractent pas.**

MM

**3. Passez au robot 3 langoustines avec les chutes, ajoutez la crème fraîche et tamisez.**

Beurrez généreusement 4 moules à savarin de 8 cm de diamètre, collez les spaghetti au fond et tout autour, en les roulant à l'intérieur des moules. Laissez refroidir au réfrigérateur pour que le beurre se solidifie.

Lorsque les spaghetti sont bien froids, badigeonnez-les légèrement de mousse de langoustine.

**4. Beurrez généreusement des moules à savarin de 8 cm de diamètre.**

**5. Collez les spaghetti en les roulant à l'intérieur des moules.**

**6. Badigeonnez légèrement de mousse de langoustine les spaghetti bien froids.**

Repartirez dans les moules les langoustines parsemées de truffe, couvrez avec des disques de papier sulfurisé beurrés de 8 cm de diamètre.

**Préparation de la sauce**
Émincez l'oignon, le céleri, l'échalote et le fenouil. Faites-les suer avec 1 cuillerée d'huile d'olive. Salez et ajoutez le bouquet garni. Faites sauter les têtes et les carapaces des langoustines avec le reste de l'huile d'olive.

Mélangez les carapaces et les légumes, ajoutez la crème fraîche, salez, ajoutez 1 pincée de poivre mignonnette et laissez cuire pendant 15 min. Retirez du feu. laissez reposer 10 min. puis passez au chinois.

7. Déposez dans les moules les langoustines parsemées de truffe.

**8. Beurrez 4 disques de papier sulfurisé de 8 cm de diamètre et couvrez-en les moules.**

**9. Faites sauter les têtes et les carapaces des langoustines à l'huile d'olive.**

Faites réduire la sauce tamisée jusqu'à ce qu'elle épaississe, ajoutez 1 noix de beurre, puis mélangez avec un mixeur plongeant. Ajoutez quelques gouttes de jus de citron et rectifiez l'assaisonnement.

Déposez les turbans dans un cuit-vapeur et laissez-les cuire 2 min.

**10. Réunissez les têtes et les carapaces des langoustines avec les légumes aromatiques que vous avez 'ait suer.**

**11. Ajoutez la crème fraîche et laissez cuire 15 min.**

**12. Faites cuire les turbans 2 min dans un cuit-vapeur.**

Dressage
Démoulez les turbans et disposez-les sur les assiettes, versez la sauce autour. Parsemez de lamelles de truffe.

**13. Démoulez les turbans sur les assiettes.**

**14. Nappez les turbans de sauce.**

**15. Coupez la truffe en lamelles et répartissez**-les **sur les assiettes.**

# Fricassée tiède de langoustines

## AUX COURGETTES

POUR 4 PERSONNES



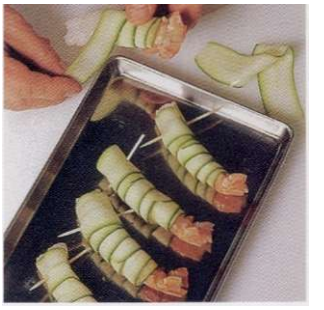
12 grosses queues de langoustines
3 courgettes longues et fines
2 pincées de thym
60 g de graisse d'oie
Pluches de cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Décortiquez les queues de langoustine en laissant la nageoire caudale attachée. Retirez le boyau noir (intestin) sur le dos des queues. Arrondissez la nageoire caudale. Conservez les langoustines au froid.

Rincez les courgettes, supprimez les extrémités, coupez-les en longues lamelles de 1,5 mm d'épaisseur à l'aide d'une mandoline.
Enroulez des lamelles de courgette autour des langoustines. Fixez le dernier tour avec un pique-olive. Réservez au froid.

**1. Décortiquez les queues des langoustines en laissant la nageoire caudale attachée. Coupez en rond les pointes de cette nageoire.**

2. Coupez les courgettes en longues lamelles de 1,5 mm d'épaisseur à l'aide d'une mandoline.



3. Enroulez des lamelles de courgette autour des langoustines.

Coupez ce qui reste de courgette (avec la peau) en dés de 3 mm.
Faites chauffer 1 c. à s. de graisse d'oie dans une sauteuse, mettez les dés de courgette, saupoudrez avec 1 pincée de thym, faites sauter à feu vif et salez. Retirez la graisse.

Faites chauffer le reste de la graisse d'oie à feu vif dans une poêle antiadhésive. Déposez dedans les langoustines enveloppées de rubans de courgette et laissez-les dorer des deux côtés. Salez, poivrez et saupoudrez de thym.
Posez les langoustines sur une grille et laissez-les égoutter. Retirez les pique-olive.

**4. Coupez le reste de courgette, avec la peau, en dés de 3 mm.**

**5. Faites sauter les dés de courgette avec de la graisse d'oie et 1 pincée de thym.**

**6. Faites sauter dans de la graisse d'oie les langoustines enveloppées de courgette et saupoudrez de thym.**

Finition et dressage
Disposez les langoustines en forme de rosace sur les assiettes, déposez des dés de courgette dessus. Décorez avec des pluches de cerfeuil.

**7. Après avoir fait égoutter les langoustines sur une grille, retirez les pique-olive et disposez les langoustines en rosace sur les assiettes.**

**8. Déposez sur les langoustines les dés de courgette sautés.**

**9. Décorez avec des pluches de cerfeuil.**

# Ravioli de langoustines

## AUX TRUFFES

POUR 4 PERSONNES

20-30 langoustines (environ 4 kg)
10 g de truffe hachée + 30 g de truffe épluchée
100 g de feuilles de chou
40 g de beurre
1 c. à s. d'huile
Sel
Poivre du moulin

Pour la pâte à ravioli
200 g de farine de type 45
16 g de graisse de canard
3 g de sel
7,5 cl d'eau bouillante
Farine pour le plat

Pour 1 l de bouillon de légumes
100 g de carottes émincées
50 g d'oignon émincé
100 g de côtes de céleri émincées
100 g de champignons de Paris en morceaux
1 gousse d'ail
1 bouquet garni
1 anis étoilé
10 g de gingembre émincé
10 g de sel

Pour la sauce
60 g de terrine de foie gras
60 g de beurre
2,5 cl de jus de truffe
5 cl de bouillon de légumes préparé (voir p. 452)
Sel
Poivre du moulin

Préparation de la pâte à ravioli
Mettez la farine, le sel et la graisse de canard dans le robot et mixez. Versez l'eau bouillante en mélangeant rapidement pour éviter de pétrir la pâte.

Abaissez la pâte à l'aide d'un rouleau, coupez-la en 2 parts égales, enveloppez celles-ci dans du film alimentaire et laissez-les reposer 1 h au réfrigérateur.

1. Mélangez la farine, le sel et la graisse de canard dans le mixeur.

2. Abaissez la pâte à l'aide d'un rouleau, coupez-la en deux, enveloppez dans du film alimentaire et laissez reposer 1 heure au réfrigérateur.

3. Poivrez les queues de langoustine.

## Farine de type 45

La farine de type 45 est une farine légère contenant environ 7-9% de gluten (protéine de blé), qui donne peu de viscosité. Elle est utilisée pour des gâteaux requérant une finition légère tels que la génoise, le quatre-quarts, etc.

Préparation des langoustines
Décortiquez les langoustines et retirez le boyau noir (intestin) qui se trouve sur le dos. Essuyez-les avec un torchon, poivrez-les puis parsemez-les de truffe hachée.

Préparation du bouillon de légumes
Mettez dans 2 l d'eau tous les ingrédients destinés au bouillon de légumes et laissez cuire pendant environ 30 min. Retirez du feu et laissez reposer 10 min.
Filtrez et faites réduire le bouillon jusqu'à 1 l.

Parsemez les **langoustines de truffe hachée.**

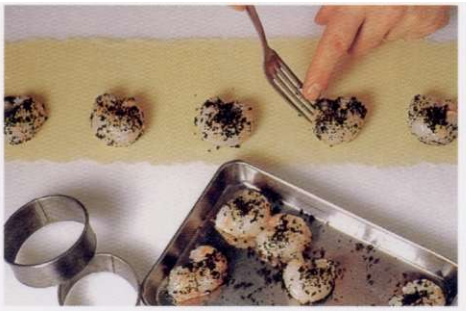
**5. Mettez tous les ingrédients du bouillon dans 2 l d'eau et faites cuire pendant 30 min.**

**6. Après avoir laissé reposer le bouillon pendant 10 min, hors du feu. Filtrez-le au chinois. Faites réduire jusqu'à obtenir 1/2 l de bouillon.**

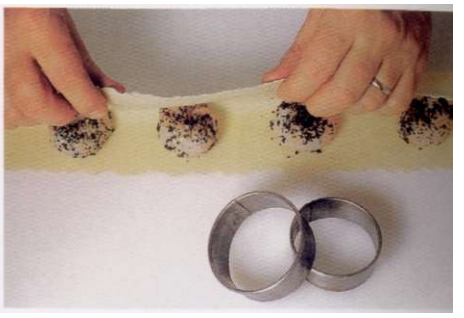
Confection des ravioli
Passez la pâte à ravioli dans une machine à pâtes de façon à obtenir des bandes très fines, de 10 cm de large.

Déposez les langoustines au bord de la pâte, en les espaçant, puis repliez la pâte dessus pour les couvrir. Confectionnez 20 ravioli.

**7. Passez la pâte à ravioli dans une machine à pâtes pour l'aplatir très finement, sur une largeur de 10 cm.**



**8. Déposez les langoustines sur la pâte à ravioli, en les espaçant.**

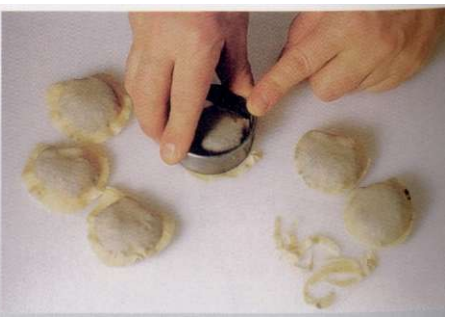


**9. Repliez la pâte pour couvrir les langoustines.**

Découpez des ravioli **à** l'aide d'un emporte-pièce de 7 cm de diamètre, puis appuyez avec les doigts tout autour de la pâte.
Découpez encore **à** l'aide d'un emporte-pièce de 6 cm de diamètre, appuyez de nouveau tout autour avec les doigts pour que la pâte soit bien soudée.
Rangez les ravioli sur un plat légèrement fariné et couvrez de film alimentaire.

10. Découpez des ravioli à l'aide d'un emporte-pièce de 7 cm de diamètre.

11. Appuyez tout autour pour souder le bord des ravioli.



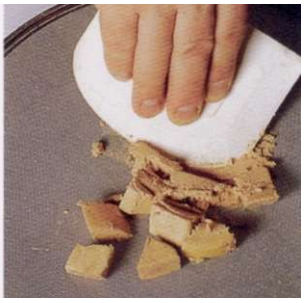
12. Découpez encore les ravioli à l'aide d'un emporte-pièce de 6 cm de diamètre.

Préparation de la sauce

**Passez la terrine de foie gras au tamis.**
**Mélangez-la soigneusement avec 60 g de beurre.**

**Mélangez 5 cl de bouillon de légumes avec le jus de truffe puis faites-les bouillir. Montez la sauce en y incorporant le beurre de foie gras.**
**Rectifiez l'assaisonnement et passez au chinois.**

**13. Appuyez avec les doigts sur le bord des ravioli, disposez-les sur un plat fariné.**



**14. Passez la terrine de foie gras au tamis.**

**15. Mélangez le foie gras avec le beurre pour obtenir du beurre de foie gras.**

Coupez la truffe en julienne fine.

Préparation de ia garniture
Enlevez les côtes des feuilles de chou, coupez-les en lanières de 1 cm de large puis taillez-les à la même longueur.
Blanchissez-les dans de l'eau bouillante salée, plongez-les dans de l'eau froide pour les rafraîchir, puis égouttez-les bien.
Mettez-les dans une casserole à feu doux, liez-les avec le beurre et salez.

16. Montez la sauce en incorporant le beurre de foie gras.

17. Coupez la truffe en julienne fine.

**18. Faites chauffer le chou avec le beurre pour lier.**

**Finition et dressage**

Faites bouillir une grande casserole d'eau, salez et ajoutez l'huile. Plongez-y les ravioli et laissez-les cuire pendant 3 min. Égouttez-les et essuyez-les légèrement.

**19. Plongez les ravioli dans de l'eau bouillante salée additionnée d'huile.**

**20. Faites cuire les ravioli 3 min.**

**21. Disposez les ravioli sur les assiettes et déposez du chou au centre.**

Disposez 5 ravioli sur chaque assiette et déposez du chou au centre. Versez de la sauce chaude sur les ravioli et posez 1 pincée de julienne de truffe sur chaque ravioli.

**22. Nappez les ravioli de sauce.**

**23. Posez la julienne de truffe sur les ravioli.**

# Araignée de mer

## ÉPICÉE AUX AROMATES

POUR 4 PERSONNES

2 kg de grosses araignées de mer pleines et vivantes
1 c. à c. de graines de coriandre
5 cl d'huile d'olive
4 l de court-bouillon (voir p. 451)
2 blancs d'œufs (60 g)
5 cl de crème fraîche
1 c. à c. de curry en poudre
120 g de beurre
150 g d'asperges vertes
Un peu de safran en poudre
1 pincée de thym
Coriandre en poudre
Pluches de cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Pour la brunoise
1 courgette
1 poivron rouge
5 champignons de Paris blancs
Le jus de ½ citron
Sel

Quelques jours avant la préparation, mettez 1 c. à c. de graines de coriandre dans 4 cl d'huile d'olive et laissez infuser jusqu'au jour même.
Faites cuire les araignées de mer pendant 15 à 20 min dans le court-bouillon épicé. Laissez-les refroidir dans le court-bouillon, puis extrayez la chair des carapaces.

Préparation des brunoises
Prélevez la peau de la courgette.
Coupez en quatre le poivron rouge et pelez-le avec un couteau économe.
Supprimez le pied des champignons et rincez les chapeaux.
Coupez la peau de la courgette, le poivron et les champignons en dés de 0,5 mm (brunoise fine).
Mélangez le jus de citron avec la brunoise de champignons.
Blanchissez séparément la brunoise de poivron rouge et celle de peau de courgette dans de l'eau bouillante salée. Rafraîchissez-les dans de l'eau froide et égouttez-les bien.

1. Faites cuire les araignées de mer pendant 15 à 20 min dans le court-bouillon épicé.

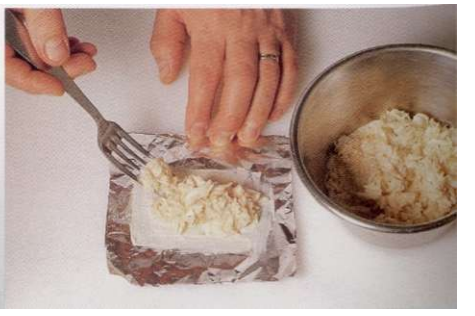
2. Coupez en brunoise fine la peau de la courgette, le poivron et les champignons.

Pour le court-bouillon, référez-vous à la p. 451 et associez les épices selon vos préférences.

Préparation des rouleaux d'araignée de mer
Pesez 400 g de chair d'araignée de mer, ajoutez les blancs d'œufs, 5 cl de crème fraîche et le curry. Poivrez et mélangez à la fourchette.
Coupez 12 carrés d'aluminium ménager de 15 cm de côté et beurrez-les. Disposez sur chacun environ 35 g d'araignée de mer préparée et roulez-les en forme de cylindre. Pliez chaque extrémité pour que les ingrédients ne sortent pas.

**3. Les ingrédients nécessaires aux rouleaux d'araignée de mer.**

**4. Ajoutez à la chair d'araignée de mer les blancs d'œufs et la crème fraîche.**



**5. Beurrez des carrés d'aluminium de 15 cm, disposez sur chacun environ 35 g d'araignée préparée, roulez-les en forme de cylindre.**

Pelez les asperges, réservez les pointes qui ne sont pas utilisées dans cette recette. Coupez les tiges en tronçons de 4 cm, puis recoupez-les en julienne fine. Blanchissez-les rapidement dans de l'eau bouillante salée. Rafraîchissez-les dans de l'eau froide additionnée de glaçons et égouttez-les.

Plongez les rouleaux d'araignée de mer dans de l'eau bouillante, faites-les cuire pendant environ 3 min à ébullition légère. Égouttez-les et retirez l'aluminium.

**6. Coupez les tiges des asperges en tronçons de 4 cm de long, puis en julienne.**

**7. Blanchissez rapidement la julienne dans de l'eau bouillante salée.**

**8. Faites cuire les rouleaux d'araignée de mer pendant 3 min.**

Saupoudrez chaque rouleau d'araignée de mer de 1 pointe de couteau de safran, de thym et de coriandre, puis poivrez.

Mélangez les brunoises de légumes. Étalez ce mélange sur les rouleaux à l'aide d'un couteau à palette.

**9. Enlevez l'aluminium, puis assaisonnez avec du safran, du thym, de la coriandre et du poivre.**

**10. Étalez le mélange de brunoises sur les rouleaux d'araignée de mer.**

Réchauffez la julienne d'asperge dans de l'eau bouillante, mettez-la dans une casserole et liez-la avec 20 g de beurre. Salez et poivrez.

Faites chauffer dans une poêle antiadhésive le reste de beurre avec 1 cl d'huile d'olive. Lorsque le mélange mousse, déposez les rouleaux d'araignée de mer dedans et laissez 3 min pour obtenir une couleur légèrement dorée, en les faisant doucement tourner.

**11. Liez la julienne d'asperge avec du beurre.**

**12. Faites colorer les rouleaux d'araignée de mer dans du beurre et de l'huile d'olive, en les tournant doucement.**

**13. Déposez les rouleaux d'araignée de mer sur la julienne d'asperge mise sur les assiettes.**

Disposez de la julienne d'asperge sur chaque assiette et déposez dessus les rouleaux d'araignée de mer. Remettez un peu de julienne d'asperge sur les rouleaux, arrosez d'huile d'olive à la coriandre. Décorez avec des pluches de cerfeuil.

**14. Disposez un peu de julienne d'asperge sur les rouleaux et arrosez d'huile à la coriandre.**

# Noix de Saint-Jacques

## À LA QUIBERONNAISE

POUR 4 PERSONNES

12 petites noix de Saint-Jacques
200 g de beurre mou
20 g de vermicelles
100 g de beurre clarifié (voir p. 455)
½ carotte
4 oignons nouveaux
¼ de concombre
Le zeste de ½ citron vert
10 cl de jus d'orange
5 cl de vin blanc
2,5 cl de liqueur anisée
Thym
Aneth ciselé
Gros sel
1 poignée d'algues blanchies
Fleur de sel de Guérande
Poivre blanc mignonnette
Sel
Poivre du moulin

Ouvrez les coquilles Saint-Jacques et enlevez les barbes en laissant les noix sur les coquilles. Rincez les noix et les barbes à l'eau froide puis égouttez-les.

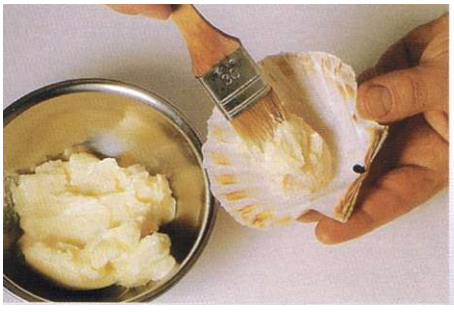
**1. Ouvrez les coquilles Saint-Jacques.**

Retirez les noix de Saint-Jacques de leur coquille.

**2. Enlevez les barbes en laissant les noix sur les coquilles.**

**3. Détachez les noix de leur coquille.**

Beurrez toute la surface de chaque noix, salez et poivrez. Mettez-les au réfrigérateur avec les barbes.



**4. Beurrez toute la surface de chaque noix.**

Faites cuire al dente les vermicelles dans de l'eau bouillante salée et égouttez-les.

**5. Salez, poivrez, et mettez au réfrigérateur.**

Faites-les frire dans le beurre clarifié puis retirez le gras.

**6. Faites cuire les vermicelles al dente.**

Coupez finement la carotte, les oignons et le concombre en julienne à la même épaisseur que les vermicelles. Faites-les cuire séparément dans de l'eau bouillante salée pour qu'ils restent croquants. Réservez-les.

Préparation de la sauce
Coupez finement le zeste de citron vert en julienne **à** la même épaisseur également et blanchissez-le.
Mettez-la dans une casserole avec le jus d'orange, le vin blanc et 1,5 cl de liqueur, puis ajoutez les barbes des Saint-Jacques conservées au froid. Portez doucement **à** ébullition, puis laissez pocher 1 min. Retirez du feu et laissez reposer pendant 15 min.

**7. Coupez finement la carotte, le concombre, les oignons et le zeste de citron vert en julienne à la même épaisseur que les vermicelles.**

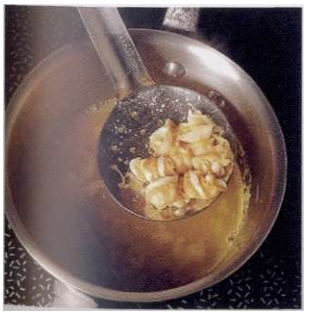
8. Versez le jus d'orange, le vin blanc et 1,5 cl de liqueur dans une casserole.

9. Ajoutez les barbes des Saint-Jacques, portez doucement à ébullition et laissez pocher 1 min.

Préchauffez le four **à 200-220 "C** (th. **7-8).**
Sortez les barbes des Saint-Jacques du liquide. Réservez le liquide de cuisson.
Hachez finement les barbes des Saint-Jacques.

Déposez les noix de Saint-Jacques sur un plat **à** four et parsemez de thym. Enfournez et laissez cuire 3 min.

Versez dans le liquide de cuisson des barbes le jus qui s'est formé pendant la cuisson des noix au four. Mélangez pour émulsionner cette sauce.



**10. Sortez les barbes du liquide.**

**11. Hachez les barbes.**

**12. Ajoutez au liquide de cuisson des barbes le jus de cuisson des noix.**

Ajoutez à la sauce émulsionnée les juliennes de légumes, les barbes hachées, les vermicelles frits, 1 c. à s. d'aneth ciselé et le reste de la liqueur. Rectifiez l'assaisonnement avec du sel et du poivre pour terminer la sauce.

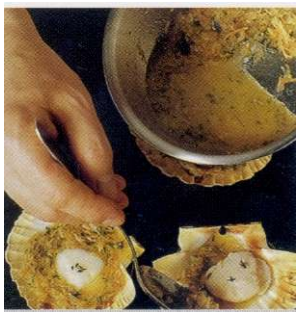
**13. Mettez les juliennes de légumes dans la sauce de la photo 12.**

**14. Ajoutez-y les vermicelles frits,**

**15. Parsemez d'aneth ciselé et ajoutez le reste de la liqueur.**

**Finition et dressage**

Versez la sauce autour des noix de Saint-Jacques. Garnissez les assiettes avec du gros sel et les algues blanchies. Déposez 3 noix de Saint-Jacques sur chaque assiette. Parsemez le dessus des noix de fleur de sel et de poivre blanc mignonnette puis ajoutez de l'aneth autour des noix.



**16. Versez la sauce autour des noix de Saint-Jacques.**

**17. Garnissez les assiettes de gros sel et des algues blanchies.**

**18. Disposez 3 noix de Saint-Jacques sur chaque assiette.**

# Étuvée de noix de Saint-Jacques
## AU CAVIAR

POUR 4 PERSONNES

10-12 noix de Saint-Jacques
50 g de caviar
100 g de beurre mou
2 c. à s. de ciboulette ciselée
Sel
Poivre blanc mignonnette
Poivre du moulin
Fleur de sel de Guérande

Pour la sauce
60 g de caviar
50 g de beurre
2 échalotes émincées
5 cl de vin blanc
10 cl de jus de moule
25 cl de crème fraîche
Le zeste de 1 citron non traité
1 c. à c. de jus de citron

Nettoyez les noix de Saint-Jacques et ôtez le muscle qui attache la noix à la coquille. Rincez-les à l'eau froide et égouttez-les.

Coupez les noix en lamelles fines de même épaisseur, de façon à obtenir 80 lamelles. Rangez-les sur un plat et beurrez le dessus des noix.

Disposez sur chacune des 4 assiettes 10 lamelles de noix en mettant le côté beurré dessous et en veillant à ce qu'elles ne se superposent pas.

**1. Coupez les noix de Saint-Jacques en 80 lamelles fines de même épaisseur.**

**2. Beurrez légèrement un côté de chaque noix.**

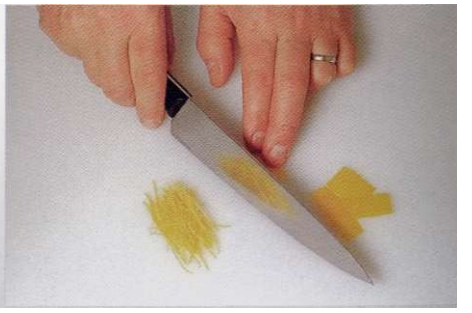
**3. Disposez 10 lamelles sur chaque assiette, côté beurré dessous.**

Déposez du caviar sur les lamelles de noix et recouvrez avec d'autres lamelles, côté non beurré sur le caviar comme pour faire un petit sandwich.
Parsemez le dessus de poivre mignonnette.

Réservez les assiettes au réfrigérateur.
Coupez le zeste de citron en julienne fine puis en brunoise fine. Blanchissez-le pendant 10 s dans de l'eau bouillante, égouttez et laissez refroidir.

4. Déposez du caviar à i'aide d'une petite cuillère.

5. Superposez une autre lamelle de noix sur le caviar, côté beurré au-dessus.



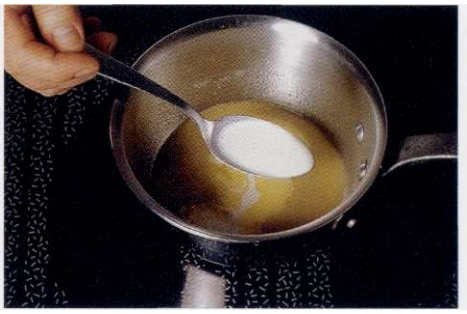
**6. Coupez le zeste de citron en julienne très fine, recoupez en brunoise fine.**

**Préparation de la sauce**

Mettez dans une sauteuse 1 noix de beurre et 2 échalotes émincées et faites-les suer 3-4 min à feu doux, sans qu'elles blondissent. Ajoutez le vin blanc et faites bouillir pendant 2-3 min. Versez le jus de moule et la crème fraîche puis faites réduire de moitié en laissant bouillir pendant environ 5 min.

Passez au chinois étamine, ajoutez la brunoise de zeste de citron et le jus de citron. Montez la sauce avec le reste du beurre en l'émulsionnant. Rectifiez l'assaisonnement. Maintenez au chaud.

**7. Versez le vin blanc sur les échalotes fondues, laissez bouillir 2-3 min et ajoutez le jus de moule.**



**8. Ajoutez la crème fraîche et faites réduire de moitié.**

**9. Ajoutez à la sauce passée au chinois la brunoise de zeste de citron et le jus de citron, puis montez la sauce au beurre.**

Finition et dressage

Préchauffez le four à 170 °C (th. 6). Déposez les sandwiches de Saint-Jacques sur un plat, mettez au four et laissez chauffer 1 min. Replacez les noix chauffées sur 4 assiettes de service chauffées.

Ajoutez à la sauce 60 g de caviar. Nappez les noix de sauce de façon à ce que le caviar soit réparti d'une manière régulière. Parsemez de ciboulette ciselée, de poivre mignonnette et de fleur de sel. Servez immédiatement.

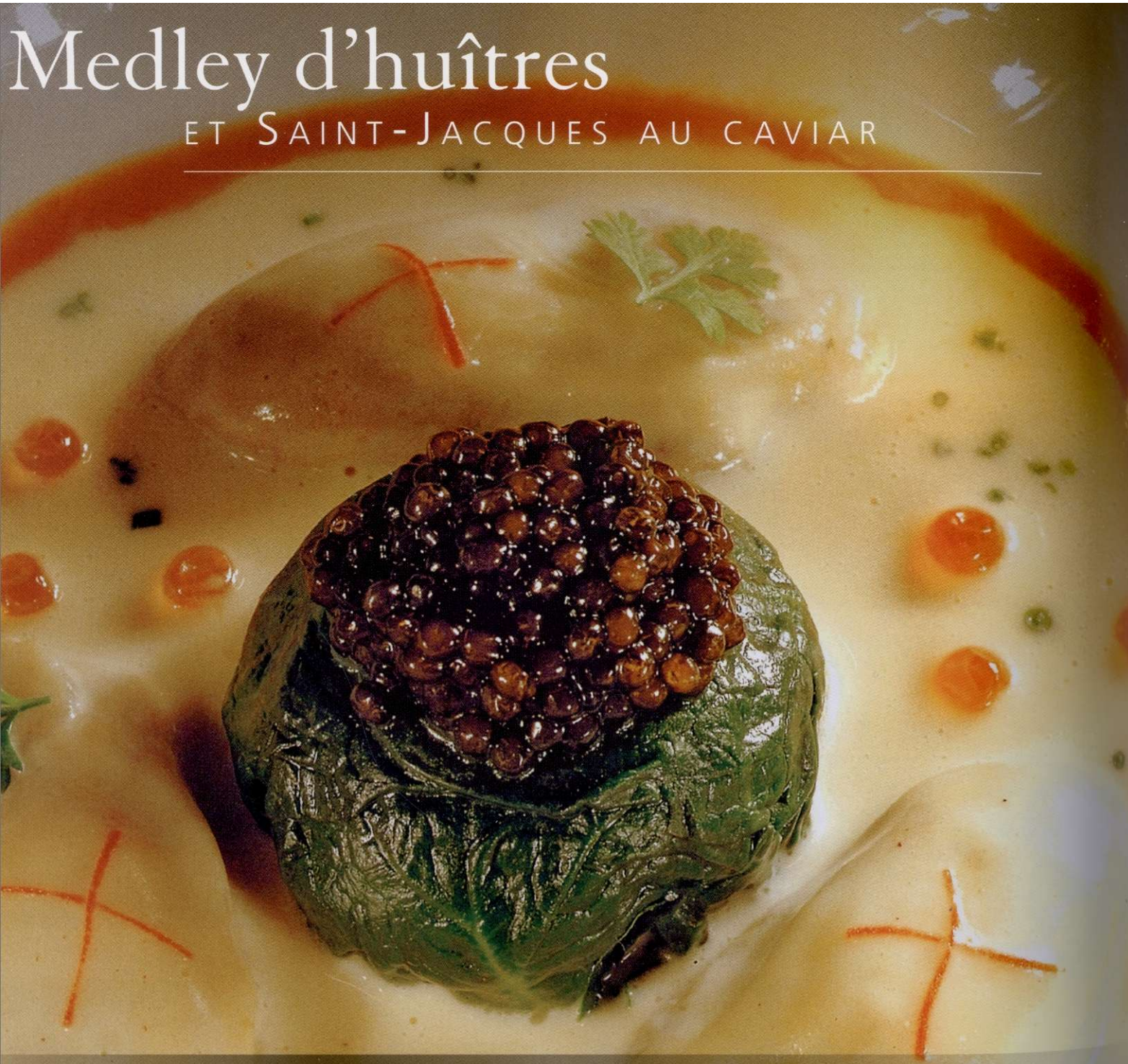
Vous pouvez aussi déposer le caviar sur les noix sans le mélanger à la sauce et/ou parsemer les noix de poivre mignonnette juste après leur sortie du four.

10. Placez sur les assiettes de service chaudes les noix chauffées rapidement au four.

11. Ajoutez le caviar à la sauce.

12. Nappez les noix de sauce au caviar.

# Medley d'huîtres
## et Saint-Jacques au caviar



### Pour 4 personnes

12 huîtres spéciales n° 5
4 noix de Saint-Jacques
¼ de poivron rouge
4 mini poireaux
80 g de jeunes pousses d'épinard
Beurre clarifié (voir p. 455)
20 g de caviar
60 g de beurre mou
Cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Pour la sauce fenouil
¼ de gros oignon émincé
½ fenouil émincé
90 g de beurre
1 anis étoilé
1 pincée de graines de fenouil
30 cl de fumet de poisson (voir p. 451)
15 cl de crème fraîche
Le jus de ¼ de citron
20 g d'œufs de saumon
Sel
Poivre du moulin

Pour le cordon de sauce homard
250 g de carapaces de homard
1 c. à s. de corail de homard tamisé
5 cl d'huile d'olive
¼ d'oignon ciselé
½ carotte coupée en dés de 5 mm
1 échalote émincée
1 c. à s. de côte de céleri émincée
1 c. à s. de fenouil émincé
1 petit bouquet garni
½ c. à s. de concentré de tomate
2 gousses d'ail pelées et dégermées
1 pincée de poivre mignonnette
Sel

**Préparation de la sauce fenouil**
Mettez dans une sauteuse l'oignon, le fenouil, 40 g de beurre et 1 pincée de sel. Couvrez et faites fondre pendant environ 15 min à feu doux. Ajoutez l'anis étoilé et les graines de fenouil. Versez le fumet de poisson et faites réduire de moitié. Ajoutez la crème fraîche et laissez cuire 10 min.

Passez au chinois en foulant, rectifiez l'assaisonnement et ajoutez quelques gouttes de jus de citron. Maintenez au chaud.
Si vous disposez de jus d'huître ou de jus de moule, ajoutez-en 5 cl, le goût de la sauce fenouil sera magnifié. Dans ce cas, utilisez seulement 25 cl de fumet de poisson.Pelez le poivron rouge au couteau économe et coupez la chair en 24 bâtonnets de 2 cm de long et 1 mm d'épaisseur. Réservez au réfrigérateur.

Triez les jeunes pousses d'épinard, rincez-les et faites-les cuire rapidement dans de l'eau bouillante salée. Plongez-les dans de l'eau additionnée de glaçons puis égouttez-les soigneusement.

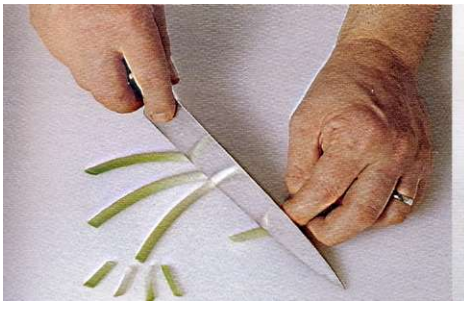
**1**. Faites suer **le fenouil et l'oignon destinés à la sauce fenouil avec du beurre pendant 15 min.**

**2. Ajoutez le fumet de poisson, laissez réduire de moitié, ajoutez la crème fraîche.**

**3. Coupez le poivron rouge pelé en bâtonnets de 2 cm de long et de 1 mm d'épaisseur.**

Préparez 16 tronçons de mini poireaux de 3 cm de long. Faites-les cuire à l'eau bouillante salée, rafraîchissez-les dans de l'eau froide et égouttez-les. Mettez-les au réfrigérateur.
Coupez les noix de Saint-Jacques en lamelles fines, disposez-les sur un plat, beurrez-les au pinceau, puis salez et poivrez.

Sur du film alimentaire beurré, étalez des pousses d'épinard en 4 ronds de 8 cm de diamètre. Beurrez le dessus des épinards au pinceau, surmontez des noix de Saint-Jacques en les superposant en rosace. Enveloppez les noix dans les épinards en rabattant le film et en créant la forme d'une aumônière. Préparez ainsi 4 aumônières et mettez-les au réfrigérateur.



4. Coupez les poireaux en tronçons de 3 cm de long, faites-les cuire dans de l'eau bouillante salée.

5. Sur du film alimentaire beurré, étalez des pousses d'épinard en 4 ronds de 8 cm.

6. Déposez des lamelles de noix en forme de rosace.

Ouvrez les huîtres et ôtez les manteaux à l'aide d'une paire de ciseaux. Filtrez l'eau, mettez-la dans une sauteuse, ajoutez les huîtres et 1 noix de beurre. Salez et poivrez.

Préparation du cordon de sauce homard
Concassez les carapaces de homard, faites-les sauter avec la moitié de l'huile d'olive. Eliminez l'huile.
Faites suer l'oignon, la carotte, l'échalote, le céleri et le fenouil dans le reste d'huile d'olive à feu doux, avec 1 pincée de sel.
Ajoutez les légumes aux carapaces de homard, puis le bouquet garni, le concentré de tomate, l'ail et le poivre mignonnette. Couvrez d'eau. Salez légèrement et laissez frémir 20 min. Passez au chinois, portez de nouveau à ébullition puis faites réduire en écumant. Lorsque la quantité de bouillon est de 10 cl, ajoutez-le au corail de homard, en mélangeant au fouet. Remettez sur le feu et laissez épaissir sans aller jusqu'à l'ébullition.
Passez au chinois et maintenez au chaud.

**7. Coupez les manteaux avec une paire de ciseaux.**

**8. Mettez dans une sauteuse les huîtres, leur eau filtrée et 1 noix de beurre, salez et poivrez.**

**9. Couvrez d'eau le mélange de carapaces et de légumes. Laissez cuire 20 min.**

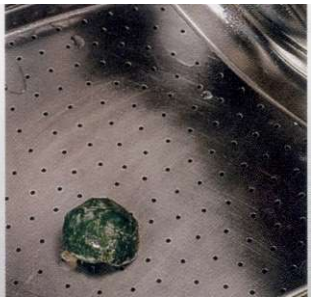
## Huîtres spéciales n° 5

Ce sont des huîtres élevées dans des bassins appelés claires (anciens marais salants) situés à l'embouchure entre la Charente et la Gironde.
L'appellation officielle est « Spéciale de claire».
Les huîtres appelées « Fine de claire » sont affinées un mois.

Les huîtres affinées pendant quatre mois sont réputées les meilleures. Elles se caractérisent par leur couleur verte et leur goût particulièrement fin.
Le n° 5 correspond à une classification établie selon le poids, une huître pèse 30 g. Le numéro est inversement proportionnel au poids : n" 4 pour 40 g, n" 3 pour 50 g, et ainsi de suite.

Finition
Faites chauffer les poireaux, liez-les avec du beurre, puis salez et poivrez.
Faites cuire les aumônières 4 min dans un cuit-vapeur.
Réchauffez la sauce fenouil puis montez-la avec 50 g de beurre en fouettant. Retirez du feu et ajoutez les œufs de saumon en prenant soin de ne pas les écraser.

**10. Ajoutez petit à petit le bouillon de homard réduit au corail.**



**11. Faites cuire à la vapeur les aumônières de la photo 6 pendant 4 min.**

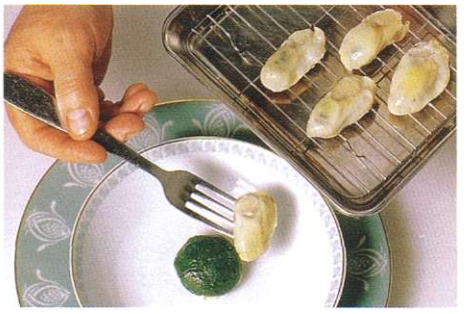
**12. Ajoutez les œufs de saumon à la sauce fenouil.**

Faites chauffer la sauteuse contenant les huîtres, leur eau et le beurre. Sortez les huîtres juste avant que le liquide arrive à ébullition et égouttez-les.

Dressage
Disposez au centre de chaque assiette des poireaux en formant un carré. Posez dessus une aumônière dégagée du film. Entourez avec 3 huîtres égouttées.
Beurrez avec un pinceau le dessus des épinards pour les faire briller.

13. Mettez la sauteuse de la photo 8 sur le feu pour faire pocher légèrement les huîtres.

**14. Disposez des poireaux en formant un carré, posez dessus une aumônière.**



**15. Ajoutez 3 huîtres pour accompagner l'aumônière.**

## Beurre clarifié

Coupez du beurre en dés, mettez-les dans une casserole, au bain-marie à feu doux.
Lorsque le beurre est fondu, augmentez un peu le feu et faites chauffer jusqu'à ce que des crépitements se fassent entendre.
Retirez du feu, attendez que les impuretés se déposent.

Écumez les bulles de la surface, filtrez au tamis couvert d'un papier.
On obtient environ 180 g de beurre clarifié à partir de 250 g de beurre.
Ce beurre peut être conservé quelques semaines dans un récipient hermétique au réfrigérateur.

Arrosez les huîtres de sauce fenouil. Versez un filet de cordon de sauce homard autour de la sauce. Disposez sur chaque huître du poivron rouge en dessinant une croix et mettez 5 g de caviar sur chaque aumônière. Décorez de pluches de cerfeuil entre les huîtres. Servez immédiatement.
Vous pouvez aussi parsemer la sauce de ciboulette ciselée.

**16. Arrosez de sauce fenouil uniquement les huîtres.**

17. Décorez en croisant des bâtonnets de poivron rouge sur les huîtres.

18. Déposez le caviar sur les aumônières.

# Blanc de bar à la fleur de sel

## AUX NAVETS VERJUTÉS

POUR 4 PERSONNES

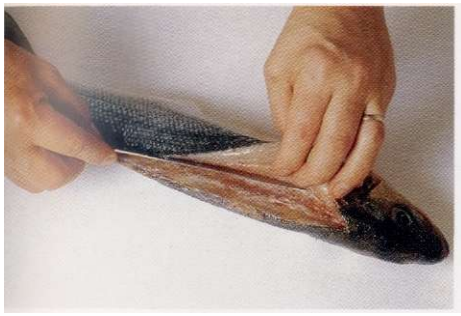
2 bars de 800 g à 1 kg chacun
2 c. à s. d'huile d'olive
8 pincées de cinq parfums chinois
Ciboulette ciselée
Sel
Fleur de sel de Guérande)

Pour la sauce
30 g de carotte
30 g de fenouil
20 g de côte de céleri
20 g de champignons de Paris
1 gousse d'ail
30 g de beurre
60 cl de vin rouge
30 cl de verjus (jus de raisin immature réduit de moitié)
1 bouquet garni
1 pincée de poivre blanc mignonnette
15 g de concentré de tomate
Sel

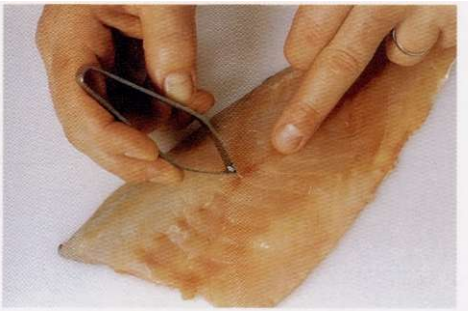
Pour la garniture
200 g de navets saumurés dans de l'eau salée
100 g d'oignons
40 g de graisse d'oie
1 c. à c. de graines de cumin
1 c. à c. de grains de poivre noir
½ c. à s. de baies de genièvre
10 cl de vin blanc
40 g de beurre
Sel
Poivre du moulin

Pour le cordon
100 g de crevettes grises
10 cl de crème fraîche double
50 g de beurre

**Écaillez et videz les bars, puis levez les filets. Enlevez soigneusement les arêtes avec une pince et recoupez les filets pour les égaliser.**



**1. Écaillez et videz les bars, insérez un couteau le long de l'arête dorsale pour lever les filets.**



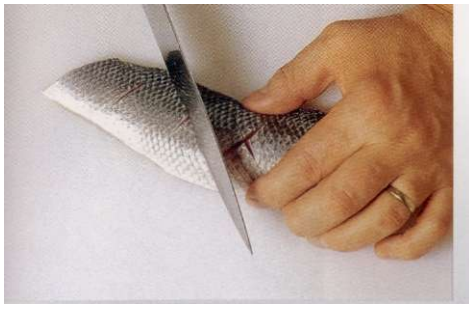
**2. Enlevez soigneusement les arêtes.**

**3. Recoupez les filets pour obtenir 4 morceaux de même taille.**

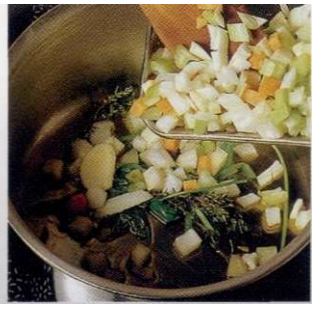
Incisez légèrement la peau des filets en la quadrillant, sans entamer la chair. Réservez au frais.
Nettoyez les arêtes et les têtes, coupez-les en gros morceaux puis faites-les dégorger dans de l'eau froide.

Préparation de la sauce
Faites chauffer le vin, flambez-le et laissez-le réduire de moitié.
Pelez les légumes destinés à la sauce et coupez-les en brunoise de 3 mm. Épluchez l'ail.
Faites fondre 15 g de beurre dans une casserole, ajoutez la brunoise de légumes, l'ail et le bouquet garni. Salez et faites cuire à feu doux environ 10 min.

Ajoutez les têtes et les arêtes égouttées et faites-les sauter pendant 4 min en mélangeant avec une spatule.



4. Incisez légèrement la peau des filets en la quadrillant, sans entamer la chair.



**5. Coupez en brunoise les légumes destinés à la sauce, faites-les sauter au beurre.**

**6. Ajoutez les têtes et les arêtes des poissons, faites cuire encore 4 min.**

Ajoutez le poivre mignonnette, le concentré de tomate et le vin rouge réduit. Laissez cuire 20 min à feu doux, en écumant régulièrement. Passez au chinois.

**7. Ajoutez le poivre mignonnette et le concentré de tomate.**

**8. Versez le vin rouge réduit de moitié.**

**9. Laissez cuire 20 min à petite ébullition.**

Remettez la sauce dans la casserole et faites-la réduire, toujours en écumant, jusqu'à ce qu'elle épaississe.

10. Passez au chinois.

11. Écumez et laissez réduire jusqu'à ce que la sauce épaississe.

**Préparation de la sauce pour le cordon**

Faites bouillir 10 cl d'eau, plongez-y les crevettes grises, couvrez et laissez frémir 10 min. Éteignez le feu et laissez infuser 10 min. Filtrez en foulant bien. Versez le bouillon filtré dans une casserole, ajoutez la crème double, faites réduire de moitié puis incorporez 15 g de beurre en mixant pour émulsionner la sauce. Réservez au chaud.

12. Faites cuire puis infuser les crevettes grises. Filtrez.

13. Mettez la crème fraîche dans le bouillon de crevette et faites réduire de moitié.

Crevette grise

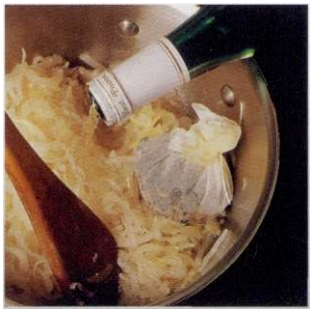
Choisissez de la crevette grise vivante pour réalisation de ce bouillon.

Préparation de la garniture

Coupez les navets en bâtonnets de 3 cm de long, rincez plusieurs fois à l'eau froide et égouttez. Émincez finement les oignons.

Faites fondre la graisse d'oie et ajoutez 1 pincée de sel. Faites-y suer les oignons 3 min, ajoutez les navets, les 3 épices enfermées dans de la gaze et le vin blanc. Couvrez et laissez cuire jusqu'à ce que les navets soient cuits à votre convenance. Rectifiez l'assaisonnement avec du sel et du poivre.

**14. Faites suer les oignons avec la graisse d'oie, ajoutez-y les navets et les épices enfermées dans de la gaze.**



**15. Versez le vin blanc, couvrez et laissez cuire les navets à votre convenance.**

Finition

Assaisonnez les filets de bar avec du sel et le cinq parfums chinois. Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle antiadhésive, déposez dedans les filets de poisson, côté peau dessous. Faites cuire 3 min, retournez les filets et laissez-les cuire encore 1 min. Retirez-les et maintenez-les au chaud.

**15. Assaisonnez les filets de poisson avec du sel et le cinq parfums.**

**16. Faites-les cuire côté peau 3 min dans l'huile d'olive, retournez-les et laissez cuire 1 min.**

**17. Faites réchauffer la sauce filtrée et réduite, ajoutez-y le verjus.**

Faites réchauffer la sauce, ajoutez le verjus et laissez réduire jusqu'à ce qu'elle prenne légèrement consistance. Montez-la avec les 15 g de beurre restants et filtrez.

Lorsque les navets sont cuits, liez-les avec le beurre puis déposez-les au centre des assiettes.

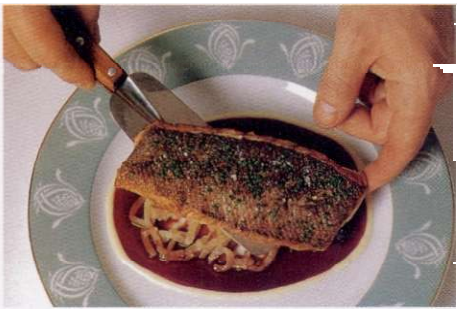
**18. Faites cuire la sauce jusqu'à ce qu'elle épaississe un peu, incorporez 15 g de beurre et filtrez.**

**19. Liez les navets cuits avec du beurre.**

Dressage
Dessinez un cercle avec la sauce destinée au cordon autour des navets et nappez l'intérieur du cercle avec la sauce rouge.
Parsemez les filets de bar de fleur de sel et de ciboulette puis déposez-les sur les navets.

**20. Déposez des navets au centre des assiettes, tracez un cercle avec un cordon de sauce, nappez l'intérieur du cercle avec la sauce rouge.**

**21. Parsemez les filets de poisson cuits de fleur de sel, ajoutez de la ciboulette.**



**22. Posez les filets de poisson sur les navets.**

# Fantaisie de bar au caviar

POUR 4 PERSONNES

1 filet d'un bar de 1,2 kg
4 langoustines
1 blanc d'œuf
25 g de beurre pommade
20 g d'œufs de saumon
Ciboulette ciselée
Pluches de cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

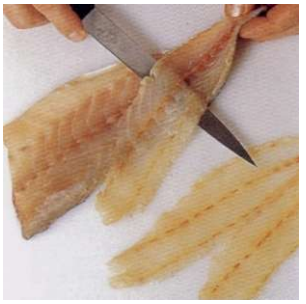
Pour la sauce fenouil
½ fenouil émincé
¼ de gros oignon émincé
30 cl de fumet de poisson (voir p. 451)
15 cl de crème fraîche
90 g de beurre
5-6 brins de safran
1 anis étoilé
1 pincée de grains de fenouil
Le jus de ¼ de citron
Sel
Poivre du moulin

Sauce homard pour le cordon
250 g de carapaces de homard
1 c. à s. de corail de homard tamisé
5 cl d'huile d'olive
¼ d'oignon ciselé
½ carotte coupée en dés de 1,5 cm
1 échalote émincée
1 c. à s. de céleri émincé
1 c. à s. de fenouil émincé
1 petit bouquet garni
2 gousses d'ail épluchées et dégermées
½ c. à s. de concentré de tomate
1 pincée de poivre blanc mignonnette
Sel

Préparation des papillotes de bar
Coupez 1 filet de bar en 8 lamelles fines. Découpez 4 de ces lamelles en lamelles plus blanches de forme ovale de 9 x 6 cm, éliminez les parties noires des 4 autres lamelles et découpez-les en forme ovale de 7 x 5 cm.

Enlevez les têtes des langoustines, décortiquez-les et éliminez les intestins dorsaux. Beurrez, salez et poivrez.

**1. Levez un filet de bar et enlevez les arêtes.**



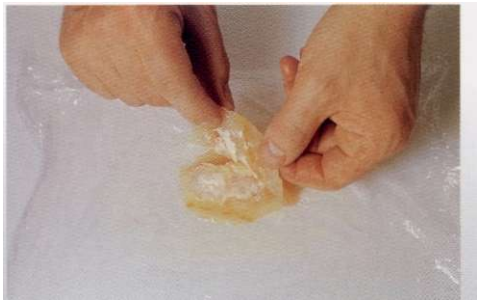
**2. Coupez-le en 8 lamelles fines.**

**3. Découpez 4 de ces lamelles en lamelles plus blanches de forme ovale de 9 x 6 cm, et découpez les 4 autres lamelles en forme ovale de 7 x 5 cm.**

Déployez un film alimentaire sur le plan de travail, beurrez-en généreusement le centre en une forme ovale. Disposez un petit ovale de chair de bar dessus, incisez le centre de cette chair, disposez la langoustine et badigeonnez avec un pinceau de blanc d'oeuf.

Badigeonnez également de blanc d'œuf une tranche ovale de 9 x 6 cm, superposez-la sur la langoustine en mettant le côté badigeonné sur la langoustine et appuyez légèrement pour les coller. Beurrez la surface du bar, salez et poivrez. Préparez 4 pièces.

**4. Disposez la langoustine, badigeonnez la chair de blanc d'œuf.**



**5. Badigeonnez également de blanc d'œuf une grande tranche de bar, superposez-la sur la langoustine et appuyez légèrement.**

6. **Beurrez la surface du bar, salez et poivrez.**

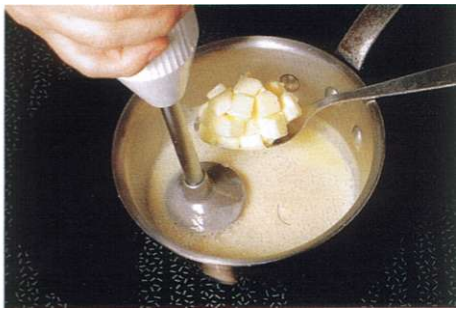
Enveloppez chaque pièce de bar dans du film alimentaire pour créer une papillote d'un bel ovale. La langoustine sera cuite moins vite que le bar. Afin que la chaleur circule, faites de petites incisions à l'emplacement de la langoustine, à l'arrière de la papillote. Mettez les papillotes au réfrigérateur. Sortez-les du réfrigérateur 30 min avant la cuisson.

Préparation de la sauce fenouil
Mettez le fenouil et l'oignon émincés dans une sauteuse, ajoutez-y 40 g de beurre et 1 pincée de sel, couvrez et faites-les suer environ 15 min à feu doux.
Versez le fumet de poisson et réduisez de moitié.

Ajoutez-y le safran, l'anis étoilé, les grains de fenouil et la crème fraîche et faites cuire encore 10 min. Passez au chinois. Assaisonnez, ajoutez 50 g de beurre en bloc, mélangez avec un fouet électrique et ajoutez quelques gouttes de jus de citron. Maintenez au chaud.

**7. Incisez l'arrière des papillotes enveloppées de film alimentaire.**

**8. La sauce fenouil : ajoutez au fenouil et à l'oignon cuits dans le fumet de poisson les épices et la crème fraîche. Faites cuire 10 min.**



**9. Ajoutez du beurre, mélangez avec un fouet électrique.**

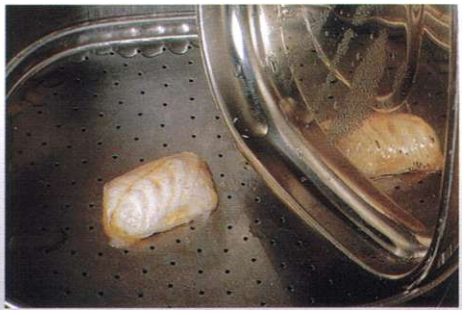
Préparation de la sauce homard pour le cordon
Cassez les carapaces de homard, faites-les sauter avec la moitié d'huile d'olive sur feu fort pour colorer puis mettez-les dans une passoire pour égoutter l'huile. Faites chauffer le reste d'huile d'olive dans la poêle, mettez l'oignon, la carotte, l'échalote, le céleri et le fenouil, saupoudrez de 1 pincée de sel, baissez le feu et faites-les sauter.

Assemblez les carapaces de homard et les légumes sautés séparément, ajoutez le concentré de tomate, l'ail, le bouquet garni et le poivre mignonnette. Couvrez d'eau, ajoutez un peu de sel et faites cuire 20 min en faisant bouillir légèrement.

Passez au chinois puis mettez sur le feu pour réduire. Veillez à écumer à la surface. Lorsque la sauce est réduite à 10 cl, ajoutez-la au corail de homard en remuant au fouet et mélangez. Remettez sur le feu, réduisez jusqu'à ce que la sauce épaississe en évitant de la faire bouillir. Mettez-la dans un récipient.

10. La sauce homard. Versez de l'eau jusqu'à presque couvrir les homards et les légumes sautés.

11. Mélangez au fouet tout en ajoutant la sauce homard réduite au corail de homard.



12. Faites cuire à la vapeur les papillotes pendant 4 min.

Finition et dressage

Faites cuire à la vapeur les papillotes pendant 4 min. Enlevez soigneusement les films autour des papillotes, enlevez l'eau, poivrez au moulin et disposez sur les assiettes.

Ajoutez les œufs de saumon à la sauce fenouil, nappez-en les papillotes et versez sur le bord la sauce homard pour le cordon.

**Parsemez de ciboulette autour de chaque papillote, disposez du caviar en le regroupant par-dessus puis décorez deux côtés avec des pluches de cerfeuil.**

**13. Insérez des ciseaux dans le film alimentaire de la papillote et enlevez-le délicatement.**

**14. Ajoutez les œufs de saumon à la sauce fenouil.**

**15. Disposez du caviar en le regroupant sur le dessus de chaque papillote.**

# Bohémienne de filets de rouget

## AU THYM

POUR 4 PERSONNES

4 rougets (180 g par rouget)
32 petites feuilles de céleri
200 g de céleri-rave
1 petite courgette
20 cl d'huile d'arachide
Huile d'olive
Sel
Poivre du moulin

Pour le fumet de rouget
Les têtes et arêtes des rougets
15 g de beurre
¼ d'oignon
¼ de petit fenouil
½ échalote
1 petit bouquet garni
5 cl de vin blanc
25 cl d'eau

Pour la marinade
10 cl d'huile d'olive
1 pincée de thym
Un peu de safran

Pour la sauce
12 brins de safran
8 cl de crème fraîche
Les foies crus des rougets
15 g de beurre

Pour les tomates concassées
2 tomates
½ oignon haché
1 gousse d'ail
1 petit bouquet garni
Un peu de safran
1 c. à s. d'huile d'olive
10 feuilles de basilic hachées
Sel
Poivre

**Préparation des rougets**

Levez les filets de rouget, réservez les foies pour les utiliser dans la sauce et réservez les têtes et les arêtes centrales pour le fumet. Enlevez les arêtes des filets, essuyez-les et réservez-les dans un plat.

**1. Levez les filets de rouget et réservez les foies.**

**2. Enlevez les arêtes.**

Arrosez les filets d'huile d'olive destinée à la marinade, saupoudrez de thym et de safran et laissez mariner environ 2 h au réfrigérateur.

**Préparation du fumet de rouget**

Coupez en dés l'oignon, le fenouil et l'échalote puis faites-les suer avec 15 g de beurre et 1 pincée de sel. Ajoutez les têtes et les arêtes des rougets. Laissez cuire environ 2 min puis versez le vin blanc. Lorsque le liquide est à nouveau à ébullition, ajoutez-y l'eau et le bouquet garni, puis mettez sur feu doux. Lorsque le liquide bout à nouveau, laissez cuire 15 min. Éteignez le feu, laissez reposer pendant 10 min puis passez au chinois.

**3. Faites mariner les filets environ 2 h avec l'huile d'olive, le thym et du safran.**

**4. Préparez le fumet de rouget avec les têtes et les arêtes des rougets.**

**Préparation de la sauce**
Mettez le fumet de rouget filtré sur le feu, réduisez jusqu'à 8 cl puis ajoutez 12 brins de safran destinés à la sauce et 8 cl de crème fraîche. Réduisez encore de moitié. Maintenez au chaud.

**Préparation des juliennes**
Pelez la courgette, coupez la peau verte en julienne de 2 cm de long et de 1 mm de large. Blanchissez-la rapidement dans de l'eau bouillante salée, mettez dans de l'eau froide et égouttez.

Coupez le céleri-rave en julienne fine et réservez au réfrigérateur.

**5. Ajoutez le safran et la crème fraîche au fumet de rouget filtré.**

**6. Coupez la peau de courgette en julienne de 2 cm de long et de 1 mm de large, blanchissez-la.**

**7. Coupez les céleri-raves en julienne fine** et **réservez au réfrigérateur.**

Préparation des tomates concassées
Pelez et épépinez les tomates puis coupez-les en dés de 5 mm. Ajoutez à l'huile d'olive l'oignon haché, 1 pincée de sel, l'ail et le bouquet garni, puis faites-les suer 3-4 min sans coloration. Assaisonnez avec les tomates, du sel, du poivre et du safran puis faites cuire sur feu moyen jusqu'à ce que l'eau des tomates s'évapore.

Enlevez ensuite le bouquet garni et l'ail puis réservez.

Finition de la sauce
Mélangez les foies des rougets avec 15 g de beurre puis tamisez.
Faites chauffer la sauce, ajoutez-y les foies tamisés et mélangez bien au fouet électrique. Mettez-y la julienne de courgette et rectifiez l'assaisonnement.

8. Ajoutez des tomates, l'ail et le bouquet garni à l'oignon que vous avez fait suer.

9. Ajoutez les foies des rougets à la sauce chaude et mélangez au fouet électrique.

10. Ajoutez la julienne de courgette pour finir la sauce.

Faites chauffer l'huile d'arachide à 140-150 °C. Faites-v frire les feuilles de céleri puis enlevez l'huile et saupoudrez de sel. Ensuite, faites frire la julienne de céleri-rave, enlevez l'huile de la même façon et saupoudrez de sel.

Faites chauffer une poêle avec un peu d'huile d'olive. Déposez les filets de rouget dedans en mettant le côté peau dessous. Salez, poivrez et faites cuire 20 s. Tournez, salez, poivrez, faites cuire encore 5 sec puis mettez-les sur un plat.

**11. Faites frire les feuilles de céleri et la julienne de céleri-rave dans l'huile d'arachide.**

**12. Faites cuire les filets de rouget marinés 20 s côté peau et 5 s côté chair.**

**13. Disposez les tomates concassées sur les assiettes.**

Dressage
Réchauffez les tomates concassées, ajoutez-y le basilic pour assaisonner. Disposez des tomates concassées sur chaque assiette et déposez en haut de l'assiette un bouquet de céleri-rave frit. Disposez deux filets de rouget sur les tomates concassées.

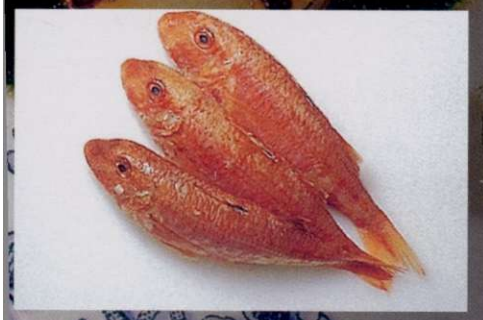
Versez environ 1 c. à s. de sauce sur chaque assiette puis mettez des feuilles de céleri frites sur les rougets.

**M. Disposez 'es rougets sur les tomates concassées.**

**15. Versez la sauce à côté des rougets.**

# Rougets aux pommes de terre

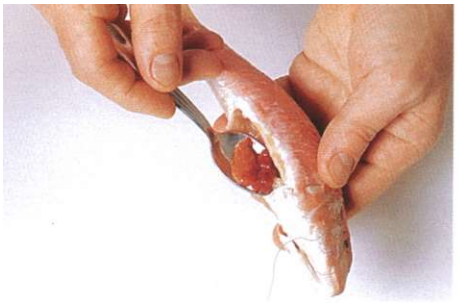
## GRILLÉES ET BASILIC



POUR 4 PERSONNES

4 rougets (180 g par rouget)
4 pommes de terre Roseval de 50 g environ chacune
30 g de feuilles de basilic
25 cl d'huile d'olive
2 pincées de thym
2 gousses d'ail
1 brin de thym
2 cl de fumet de rouget (voir p. 215)
30 g de beurre
30 g de tapenade (voir p. 452)
Quelques gouttes de jus de citron
20 cl d'huile d'arachide (pour la friture)
Sel, gros sel
Poivre du moulin, poivre noir mignonnette
Fleur de sel de Guérande

Préparation de base des rougets
Écaillez et enlevez les nageoires, videz les rougets et réservez les foies. Rincez à l'eau, coupez les têtes, ouvrez les ventres en les coupant puis enlevez les arêtes centrales. Coupez avec des ciseaux les pointes des queues. Enlevez les arêtes avec une pince. Incisez les peaux.

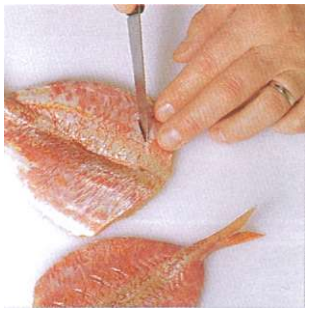


1. Retirez les foies des rougets.

**2. Insérez le couteau du côté du ventre et ouvrez les ventres.**

**3. Enlevez les arêtes centrales et les autres arêtes**

Mettez les rougets dans 10 cl d'huile d'olive avec 1 pincée de thym. Mettez-les au réfrigérateur pour faire mariner.
Tamisez les foies des rougets.



**4. Incisez les peaux des rougets.**

**5. Faites mariner les rougets dans de l'huile d'olive et du thym.**

Lavez les pommes de terre avec une brosse. Mettez-les dans une casserole d'eau froide avec 2 gousses d'ail, 1 brin de thym et du gros sel. Portez à ébullition et laissez cuire 10 min. Sélectionnez 16 feuilles moyennes de basilic pour la friture. Rincez le reste à l'eau et blanchissez-le pendant quelques minutes dans de l'eau bouillante avec du gros sel. Mettez-le dans de l'eau contenant des glaçons pour le refroidir. Égouttez. Hachez-le finement puis tamisez pour le réduire en purée. Ajoutez-y 2 cl d'huile d'olive, 2 cl de fumet de rouget et mélangez bien.

**6. Faites cuire les pommes de terre avec l'ail et le thym, en commençant la cuisson à l'eau froide.**

**7. Blanchissez des feuilles de basilic puis mettez-les dans de l'eau contenant des glaçons.**

**8. Après avoir haché finement le basilic blanchi, tamisez pour le réduire en purée.**

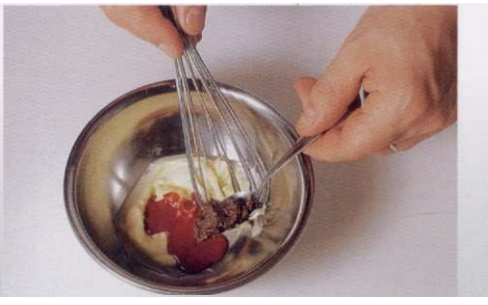
## Pomme de terre Roseval

La pomme de terre Roseval se caractérise par sa peau de couleur rose foncé. La chair, de couleur crème, est ferme et tient bien à la cuisson.

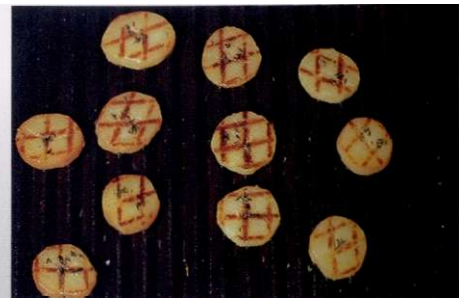
Ajoutez le beurre et la tapenade à la purée de foie de rouget passée au tamis et mélangez. Ajoutez-y quelques gouttes de jus de citron et poivrez avec un tour de moulin.

Pelez les pommes de terre cuites et coupez-les en 12 rondelles de 5 mm d'épaisseur. Faites-les mariner 30 min avec 5 cl d'huile d'olive et 1 pincée de thym.
Faites griller des deux côtés les pommes de terre marinées. Maintenez-les au chaud.

**9. Ajoutez de l'huile d'olive et le fumet de rouget à la purée de basilic, mélangez bien.**



**10. Ajoutez le beurre et la tapenade à la purée de foie de rouget.**



**11. Faites griller des deux côtés les pommes de terre marinées dans de l'huile d'olive et du thym.**

## Tapenade

Il s'agit d'une sauce faite en écrasant des câpres, des olives, du thon à l'huile, des anchois, du basilic et de l'huile d'olive. Le mot provençal « tapeno » (câpre) est à l'origine de ce nom.

Faites frire 16 feuilles de basilic réservées dans l'huile d'arachide chauffée à 140-150 °C. Enlevez bien l'huile et saupoudrez de sel.

Faites chauffer 1 c. à s. d'huile d'olive dans une poêle antiadhésive, mettez-y les rougets en plaçant le côté peau dessous. Salez, poivrez et faites cuire **30** s. Tournez, salez et poivrez de nouveau, faites cuire encore **30** s. Lorsqu'ils sont cuits, sortez-les immédiatement et enlevez l'huile.

**12. Faites frire les 16 feuilles de basilic dans l'huile d'arachide chauffée à 140-150 °C.**

**13. Saisissez les rougets dans l'huile d'olive chauffée.**

Dressage

Disposez **3** pommes de terre grillées sur chaque assiette, disposez au milieu 1 c. à c. de purée de foie de rouget assaisonnée. Disposez des feuilles de basilic frites entre les pommes de terre. Versez la purée de basilic autour de chaque pomme de terre. Parsemez les pommes de terre de poivre noir mignonnette et de fleur de sel.

Disposez un rouget au centre de chaque assiette. Vous pouvez aussi parsemer les pommes de terre de ciboulette ciselée.

**14. Disposez la purée de foie de rouget de la photo 10 au milieu des pommes de terre.**

**15. Disposez un rouget sur la purée de foie de rouget.**

# Tronçon de turbot acidulé

## AUX JEUNES POIREAUX

POUR 4 PERSONNES

4 tronçons de turbot de 200 g chacun
48 jeunes poireaux
5 cl d'huile d'olive
20 gousses d'ail
20 brins de thym + 1 pincée
Le jus de 1 citron
120 g de beurre
Fleur de sel de Guérande
Sel
Poivre du moulin

Pour la sauce
20 cl d'huile d'olive
2 jaunes d'œufs
1 c. à s. de fumet de poisson (voir p. 451)
6 g d'ail haché et réduit en purée
1 pincée de safran
Quelques gouttes de jus de citron
Sel
Poivre du moulin

Retirez la peau des tronçons de turbot.
Coupez les poireaux à 6 cm de long puis égalisez les extrémités en les coupant en biseau. Faites-les blanchir 5 min dans de l'eau bouillante salée, plongez-les dans de l'eau glacée pour les refroidir puis égouttez-les.

**1. Retirez la peau des tronçons de turbot.**

**2. Faites blanchir les poireaux dans de l'eau bouillante salée pendant 5 min.**

Préparation de la sauce
Faites tiédir l'huile d'olive. Mettez dans une sauteuse les jaunes d'œufs et le fumet de poisson. Faites chauffer à feu doux en mélangeant comme pour une sauce hollandaise. Retirez du feu et versez petit à petit l'huile d'olive tiède en fouettant.

Ajoutez l'ail réduit en purée et le safran puis mélangez. Relevez avec le jus de citron. Salez et poivrez. Maintenez au chaud dans un bain-marie.

3. Ajoutez **le fumet de poisson aux jaunes d'oeufs et** mélangez **sur feu doux.**

4. Mélangez bien comme pour préparer une sauce hollandaise.

5. Retirez la casserole du feu, versez petit à petit l'huile d'olive tiède en fouettant.

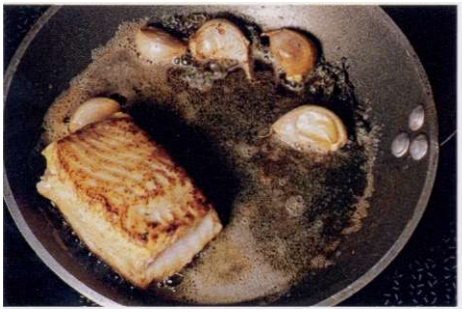
## Fleur de sel de Guérande

Le sel naturel produit dans les marais salants de Guérande en Bretagne est connu pour sa qualité et son goût. Parmi différents types de sel de Guérande, les gros cristaux de sel sont appelés « fleur de sel » et sont très appréciés. Ils sont peu amers et finement salés.

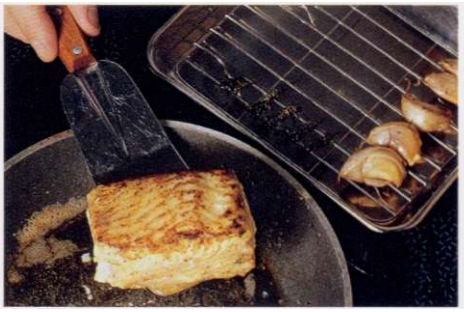
La fleur de sel est utilisée pour la finition afin de mettre en valeur son léger croquant sous la dent.

Faites chauffer de l'huile d'olive dans une poêle. Salez et poivrez les tronçons de turbot, déposez-les dans la poêle et faites-les cuire à feu vif 7 min de chaque côté. Pendant la cuisson, ajoutez les 20 gousses d'ail non épluchées et les brins de thym. Ajoutez 1 noix de beurre en fin de cuisson.

Retirez le poisson, les gousses d'ail et les brins de thym de la poêle. Déglacez la poêle avec le jus de citron.



6. Faites cuire le poisson à feu vif, ajoutez pendant la cuisson les gousses d'ail et les brins de thym, terminez avec 1 noix de beurre.



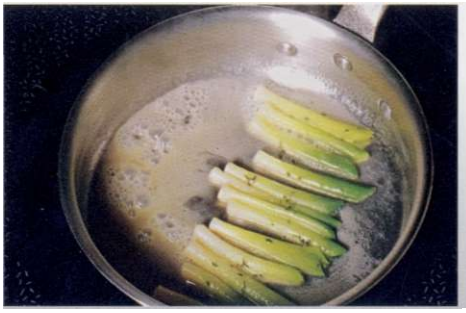
7. Retirez les gousses d'ail, les brins de thym et les tronçons de turbot.

8. Déglacez le jus de cuisson avec le jus de citron.

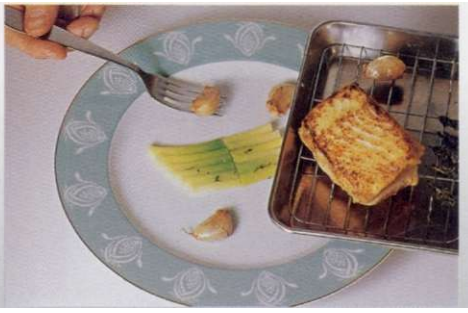
**Finition et dressage**

Mettez une casserole sur feu doux avec le reste du beurre en morceaux et saupoudrez de 1 pincée de thym. Déposez les poireaux dedans. Dès qu'ils sont chauds, retirez-les.
Déposez 12 poireaux sur chaque assiette, rangez 5 gousses d'ail autour puis déposez un tronçon de turbot sur les poireaux. Décorez avec des brins de thym et déposez un peu de fleur de sel sur les gousses d'ail.

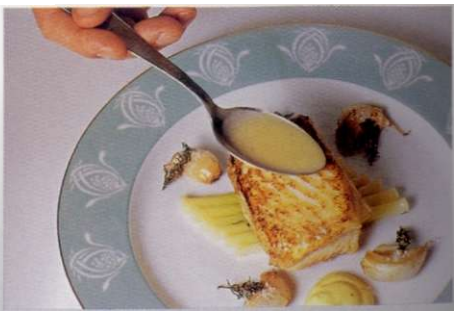
Juste avant de servir, versez 1 c. à s. de sauce sur la partie supérieure de chaque assiette puis arrosez le poisson avec le jus de cuisson du poisson déglacé au citron.



9. Faites chauffer les poireaux dans le mélange de beurre et de fleur de thym.

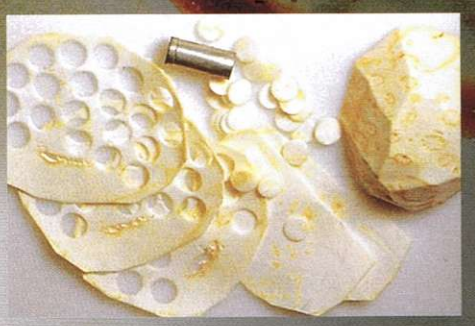


10. Disposez les poireaux en biseau d'une manière régulière, rangez les gousses d'ail autour.



11. Déposez le turbot sur les poireaux, arrosez du beurre au citron déglacé.

# Turbot au céleri et truffes



POUR 4 PERSONNES

1 turbot de 2,5 kg à la chair épaisse
1 céleri-rave
120 g de truffes entières pelées
1 blanc d'œuf
260 g de beurre mou
30 cl de lait
5 cl de crème fraîche
25 cl de fond de veau (voir p. 450)
5 cl de jus de truffe
Fleur de sel de Guérande
Sel
Poivre du moulin

Levez **les filets du turbot. Réservez les filets du** côté **du ventre pour une autre préparation.** Enlevez **la peau des filets dorsaux puis coupez-**les en 4 **pavés de** 180 **g chacun.**

Pelez le céleri-rave. Réservez-en 300 g pour la purée. Coupez le reste en tranches de 0,5 cm d'épaisseur. Coupez les truffes en tranches de la même épaisseur. Découpez chaque tranche avec un emporte-pièce rond de 1,2 cm de diamètre de façon à obtenir 120 disques de chaque. Hachez finement le reste de truffe.

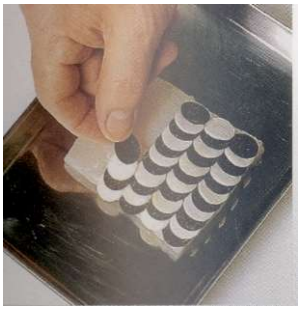
1. Levez les filets du turbot.

**2. Retirez la peau des filets du dos, coupez 4 pavés de 180 g.**

**3. Coupez les truffes et le céleri-rave en tranches de 0,5 mm d'épaisseur, découpez-les à l'aide d'un emporte-pièce rond de 1,2 cm de diamètre pour préparer 120 disques de chaque.**

Battez légèrement le blanc d'œuf et badigeonnez-en les pavés de turbot à l'aide d'un pinceau. Déposez dessus régulièrement les disques de truffe et de céleri-rave en les alternant.

Badigeonnez légèrement de beurre ramolli les truffes et le céleri-rave, salez et poivrez. Mettez au réfrigérateur.



4. **Badigeonnez de blanc d'œuf le turbot, disposez dessus les truffes et le céleri en les alternant et en les faisant se chevaucher.**

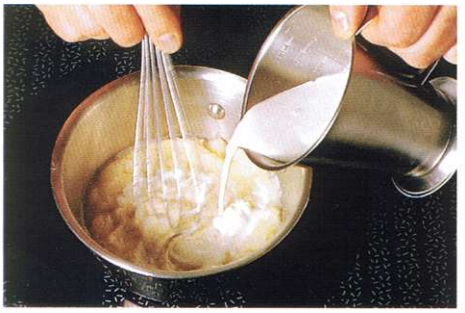
**5. Badigeonnez légèrement de beurre mou les truffes et le céleri-rave.**

**6. Faites cuire les dés de céleri-rave dans un mélange d'eau et de lait salé.**

Préparation de la purée de céleri-rave
Coupez 300 g de céleri-rave en dés de 2 cm. Mélangez le lait avec 70 cl d'eau et 10 g de sel. Portez à ébullition et faites cuire les dés de céleri dedans jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Égouttez-les et passez-les au tamis fin. Mettez la purée de céleri dans une sauteuse, faites-la chauffer et ajoutez 5 cl de crème fraîche pour obtenir une bonne consistance.

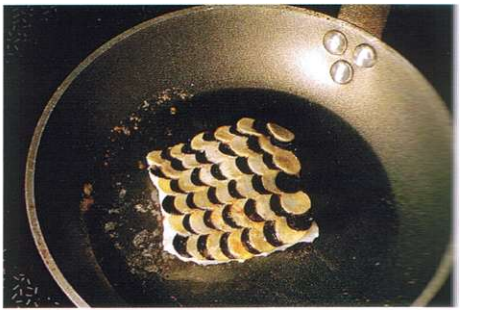
Ajoutez 50 g de beurre en morceaux tout en mélangeant avec un mixeur plongeant pour obtenir une purée onctueuse. Rectifiez l'assaisonnement, couvrez de film alimentaire et maintenez au chaud.
Préchauffez le four à 170 °C (th. 6). Mettez une bonne cuillerée de beurre dans une poêle antiadhésive, faites-le chauffer sans qu'il se colore. Lorsqu'il mousse, déposez dedans les

**tronçons de turbot, en plaçant dessous le cot; garni de truffe et de céleri. Mettez la poêle dir.[1] le four chaud, laissez cuire pendant quelques minutes, puis retournez délicatement le poissent. Le temps de cuisson doit être adapté en fonctk - de l'épaisseur de la chair, mais il faut éviter que le turbot soit trop coloré et que les trutte* sèchent.**



7. **Délayez légèrement la purée de céleri avec la crème fraîche.**

**8. Ajoutez 50 g de beurre en morceaux, montez la purée avec un mixeur plongeant.**



**9. Après quelques minutes de cuisson au four retournez le poisson et achevez la cuisson**

Finition et dressage
Ajoutez à la purée de céleri-rave les truffes hachées et couvrez pour que leur parfum se diffuse.
Posez sur un torchon propre les pavés de turbot pour faire égoutter le beurre. Assaisonnez avec de la fleur de sel et du poivre du moulin.
Faites réduire ensemble le fond de veau et le jus de truffe comme une glace de viande et passez au chinois étamine.

Versez de la purée de céleri-rave aux truffes en rond au centre de chaque assiette. Déposez un pavé de turbot dessus. Versez un cordon de glace de viande autour de la purée de céleri.

**à la purée de céleri-rave les truffes hachées.**

11. Saupoudrez les pavés de turbot de fleur de sel, poivrez au moulin.

**12. Disposez les pavés de turbot sur la purée**

# Dos de turbot grillé

## « POIVRE OLIVE »

POUR 4 PERSONNES

2 turbots de 2,5 kg chacun
15 cl d'huile d'olive
2 c. à s. d'estragon haché
3 pincées de thym
4 pincées de poivre noir mignonnette
2 pincées d'anis étoilé concassé
Fleur de sel de Guérande
¼ de botte de basilic ciselée
Poivre blanc mignonnette
1 citron
100 g d'olives noires niçoises coupées en dés de 2 mm

Pour les pommes de terre
8 pommes de terre Roseval de 50 g chacune
½ gousse d'ail
1 brin de thym
15 cl d'huile d'olive
Fleur de sel de Guérande
Poivre blanc mignonnette
1 c. à s. de ciboulette ciselée finement

Pour les tomates confites
5 tomates
Sucre glace
10 cl d'huile d'olive
2 gousses d'ail coupées en deux et dégermées
1 pincée de thym
Sel
Poivre du moulin

**Préparation des turbots**

Videz les turbots et supprimez les têtes. Coupez les poissons en deux longitudinalement, en suivant l'arête centrale. Décollez les peaux noires et les peaux blanches à l'aide d'un couteau.

Coupez le bord avec des ciseaux et nettoyez bien le sang collé aux arêtes. Épongez les poissons. Faites-les mariner dans 15 cl d'huile d'olive avec l'estragon, le thym, le poivre noir mignonnette et l'anis étoilé pendant 15 min.

1. Videz les turbots, supprimez la tête, coupez les poissons en deux en suivant l'arête centrale.

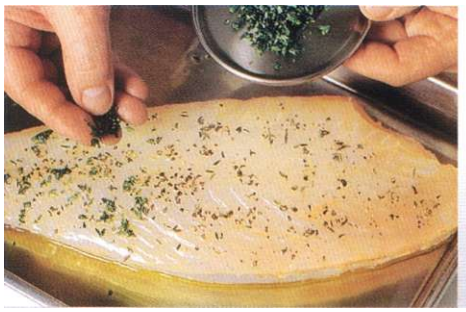
2. Insérez le couteau entre la peau et la chair, décollez la peau en allant de la queue vers la tête.

3. Coupez le bord avec des ciseaux.

**Préparation des tomates confites**

Ébouillantez les tomates, pelez-les et coupez-les en quatre. Égalisez les quartiers puis rangez-les dans un plat à four.

Saupoudrez-les de sel et de sucre glace, arrosez avec 10 cl d'huile d'olive. Ajoutez 1 pincée de thym, les 2 gousses d'ail et poivrez. Mettez le plat au four à 50 °C (th. 1) et laissez confire les tomates pendant 1 h 30.



**4. Arrosez les poissons d'huile d'olive, saupoudrez d'estragon.**

**5. Saupoudrez de thym, de poivre mignonnette et d'anis étoilé, laissez mariner 15 min.**

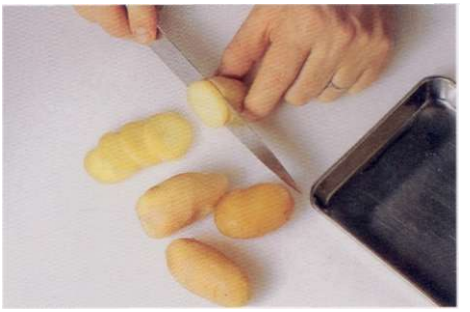
**6. Ébouillantez les tomates, pelez-les, coupez4e: en quatre, égalisez les quartiers.**

**Pelez** le citron à vif, sortez les quartiers et coupez-les en dés. Mélangez-les avec les olives noires et maintenez à la température du corps.

Préparation des pommes de terre
Mettez les pommes de terre dans une casserole d'eau froide avec l'ail et le thym. Portez à ébullition. Laissez cuire 20 min environ. Lorsqu'elles sont cuites, égouttez-les, pelez-les et coupez-les en rondelles de 3-4 mm d'épaisseur. Mettez-les sur un plat et arrosez avec 15 cl d'huile d'olive.

**7. Pelez le citron à vif, retirez les quartiers en insérant le couteau le long des membranes, coupez-les en dés.**

**8. Faites cuire les pommes de terre avec l'ail et le thym, en commençant la cuisson à l'eau froide.**

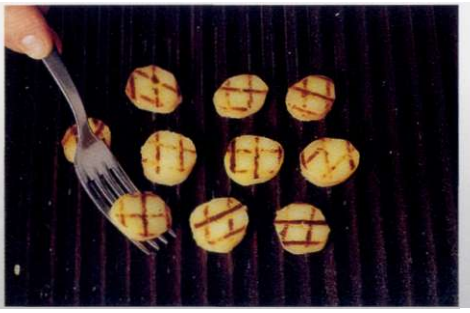


**9. Pelez les pommes de terre cuites, coupez-les en rondelles de 3-4 mm d'épaisseur.**

Égouttez les turbots marinés, posez-les sur un gril chaud et faites-les cuire 7 min sur chaque face en les arrosant régulièrement avec leur marinade. Faites griller en même temps les pommes de terre. Saupoudrez les turbots grillés de fleur de sel et maintenez-les au chaud avec les pommes de terre.

Déposez un turbot grillé sur chaque assiette. Déposez 6 tomates confites dessus, parsemez quelques dés de citron et d'olives noires. Disposez 10 rondelles de pomme de terre grillées autour du turbot et surmontez de fleur de sel, de poivre mignonnette et de ciboulette, chacun en petite quantité. Parsemez enfin les turbots de basilic ciselé, de fleur de sel et de poivre blanc en mignonnette.

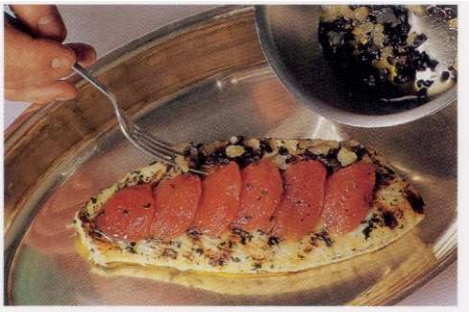
**10. Faites griller les turbots marinés des deux côtés, en les arrosant régulièrement de marinade.**



**11. Faites griller les pommes de terre sur un gril de contact en faisant bien apparaître le quadrillage des deux côtés.**

**12. Disposez 6 tranches de tomates confites sur chaque turbot grillé.**

Sauce **d**'accompagnement
Pour préparer l'accompagnement, mettez dans une saucière les tomates confites écrasées à la fourchette, le reste de citron et d'olives noires, un peu d'huile d'olive, mélangez puis saupoudrez de basilic.



13. Parsemez les turbots d'olives noires et de dés de citron.

**14. Parsemez de basilic, de fleur de sel et de poivre mignonnette.**

# Saint-pierre au plat

## dans son jus aux arômes de Provence

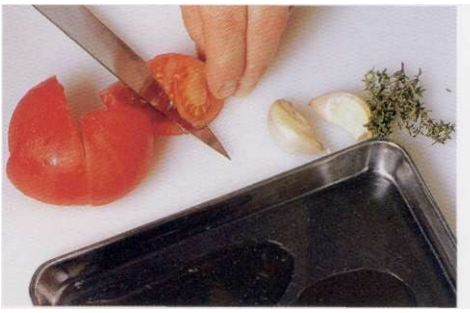
### Pour 4 personnes

4 saint-pierre de 800 g chacun
12 échalotes
12 mini fenouils
6 petits oignons avec leur tige
8 gousses d'ail
4 tomates
Sucre glace
1 pincée de thym
15 cl d'huile d'olive
2 anis étoilés
100 g de beurre
40 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
1 c. à c. de poivre noir mignonnette
Fleur de sel de Guérande
1 citron
4 c. à s. d'olives noires niçoises
2-3 branches de basilic
Sel fin
Gros sel
Poivre du moulin

Préparation de la garniture
Pelez les échalotes et rincez les fenouils. Coupez les racines et le haut des tiges des petits oignons, pelez l'ail, coupez-le en deux et retirez le germe. Blanchissez ces légumes séparément dans de l'eau bouillante additionnée de gros sel. Rafraîchissez-les dans de l'eau contenant des glaçons puis égouttez-les.

Préparation des tomates confites
Ébouillantez les tomates et pelez-les, coupez-les en quatre, enlevez les pépins puis égalisez les quartiers.
Disposez les tomates dans un plat à four, saupoudrez-les d'un peu de sel et de sucre glace, ajoutez 1 pincée de thym et 4-5 gousses d'ail. Arrosez avec 10 cl d'huile d'olive, mettez-les au four à 50 °C (th. 1) et laissez confire pendant 1 h 30.

**1. Blanchissez les fenouils dans de l'eau bouillante additionnée de gros sel.**



**2. Retirez les pépins des tomates pelées avant de les faire confire avec du thym, de l'ail et de l'huile d'olive.**

**3. Ébarbez les saint-pierre.**

**Préparation de base du poisson**
**Ébarbez les saint-pierre, coupez les têtes et videz-les.**
**Enlevez les nageoires latérales et dorsales en les coupant juste à ras des chairs. Laissez les peaux et coupez pour enlever les queues. Passez un couteau à lame fine entre la chair et les arêtes pour éliminer celles-ci.**

**Pelez le citron à vif, prélevez les quartiers et coupez-les en dés.**
**Coupez les olives niçoises en petits dés.**

**4. Coupez les nageoires latérales avec des ciseaux.**

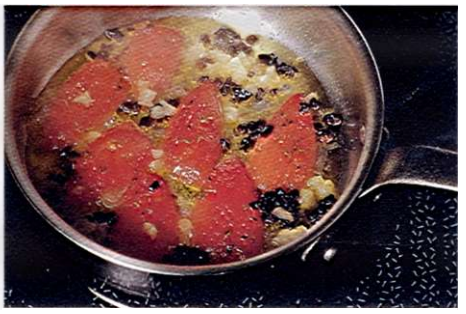
**5. Passez le couteau entre la chair et les arêtes pour les éliminer.**

**6. Coupez en dés la pulpe de citron et les olives noires.**

Cuisson du poisson et de la garniture
Faites fondre du beurre dans une poêle, mettez-v les échalotes, les fenouils et les petits oignons pour les faire dorer.
Préchauffez le four à 200-220 °C (th. 7). Déposez les saint-pierre sur des assiettes en porcelaine. Beurrez-les au pinceau, salez-les et poivrez-les. Disposez des légumes en parts égales autour de chaque poisson puis salez. Ajoutez le reste d'ail et les anis étoilés puis parsemez d'une grosse pincée de poivre mignonnette. Arrosez d'huile d'olive.
Mettez les saint-pierre au four. Après 7 min de cuisson, ajoutez le consommé de volaille. Laissez cuire en arrosant régulièrement les poissons avec leur jus de cuisson.
Vérifiez la cuisson car la durée dépend de l'épaisseur du poisson.
Ajoutez aux tomates confites les dés de citron et d'olives noires et faites-les chauffer.

**7. Beurrez les saint-pierre, disposez la garniture en parts égales autour.**

**8. Faites cuire les poissons au four en les arrosant régulièrement avec leur jus de cuisson.**



**9. Mélangez les tomates confites avec les dés de citron et d'olives noires, faites-les chauffer.**

Dressage
Déposez les saint-pierre et leur garniture sur des assiettes chaudes. Accompagnez de tomates, de citron et d'olives. Arrosez du jus de cuisson porté à ébullition et garnissez de basilic. Vous pouvez aussi saupoudrer le poisson de poivre mignonnette et de fleur de sel.

**10. Déposez le ooisson sur des assiettes chaudes, accompagnez de tomates, de citron et d'olives.**

**11. Arrosez avec le jus de cuisson porté à ebullition.**

**12. Garnissez de basilic.**

# Dos de saint-pierre persillé

## AU GINGEMBRE

POUR 4 PERSONNES

1 saint-pierre d'environ 2 kg (pour 4 pavés de 200 g chacun) vidé
1 petit oignon nouveau haché
60 g de gingembre frais haché
2 g de gingembre en poudre
1 botte de ciboulette ciselée
50 g de beurre
10 cl d'huile d'arachide
Sel

Pour la garniture
100 g de lentilles vertes du Puy
1 gousse d'ail pelée + un peu d'ail haché
1 échalote pelée + 10 g d'échalote hachée
½ carotte
1 bouquet garni
1 c. à s. de cerfeuil haché
10 g de beurre
Un peu de vinaigre de vin
Gros sel
Sel fin
Poivre du moulin

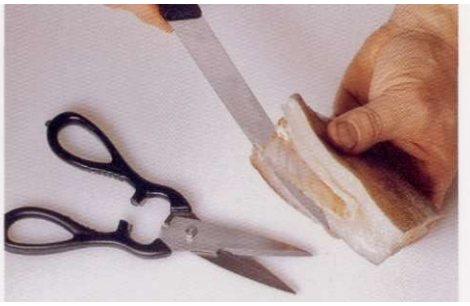
Pour la salade de fines herbes
½ botte d'aneth
½ botte de persil plat
½ botte d'estragon
½ botte de basilic
½ botte de cerfeuil
½ botte de marjolaine
5 cl de vinaigrette (voir p. 455)

Pour la sauce
1 botte de basilic
Un peu de bicarbonate de soude
2,5 cl d'huile d'arachide
8 cl de fumet de saint-pierre (voir p. 451)
Sel
Poivre du moulin

Préparation **de base du saint-pierre**

**Retirez la tête du saint-pierre, coupez avec des ciseaux la nageoire dorsale et la nageoire caudale. Coupez le corps du poisson en 4 pavés carrés, en laissant l'arête centrale. Enlevez la peau des deux côtés des pavés.**

1. Coupez la nageoire dorsale en taillant le long de la chair.



2. Retirez les arêtes ventrales au couteau.

3. Enlevez la peau sur les deux faces des pavés.

**Préparation de la sauce et de la garniture**

**Blanchissez les feuilles de basilic destinées à la sauce pendant 30 s dans de l'eau bouillante additionnée d'un peu de sel et de bicarbonate. Plongez-les dans de l'eau contenant des glaçons, égouttez-les et essorez-les bien en les tordant dans un torchon. Hachez-les, puis passez-les au tamis pour les réduire en purée.**

**Mettez les lentilles dans une casserole avec la gousse d'ail, l'échalote entière, la demi-carotte et le bouquet garni. Couvrez d'eau froide et portez à ébullition. Couvrez la casserole et laissez cuire 30 min environ. Salez au gros sel à mi-cuisson.**

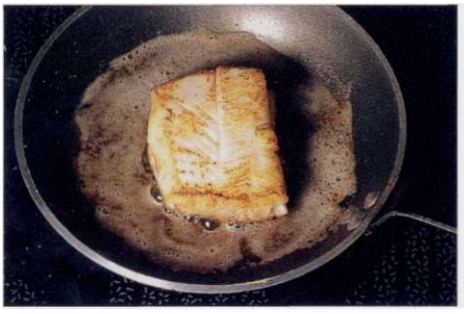
4. Blanchissez les feuilles de basilic destinées à la sauce dans de l'eau bouillante salée additionnée de bicarbonate de soude pour préserver leur belle couleur.

5. Passez au tamis le basilic blanchi et haché.

6. Faites cuire les lentilles avec l'ail, l'échalote, la carotte et le bouquet garni.

Cuisson du saint-pierre et de la garniture
Faites poêler les pavés de saint-pierre 5 min sur chaque face en les aroosant de 50 g de beurre.
Mélangez 10 cl d'huile d'arachide avec l'oignon, le gingembre haché et le gingembre en poudre.

Ajoutez la ciboulette ciselée. Faites chauffer légèrement le tout et tartinez-en le dessus des pavés de saint-pierre.



7. Poêlez les pavés de saint-pierre dans du beurre.

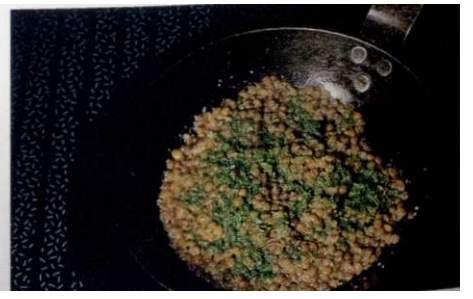
8. Mélangez l'huile d'arachide, l'oignon, le gingembre haché et le gingembre en poudre.

9. Ajoutez la ciboulette ciselée.

Égouttez les lentilles et retirez les aromates.
Poêlez les lentilles à feu doux avec 10 g de beurre, l'ail et l'échalote hachés et un peu de vinaigre de vin. Salez et poivrez. Ajoutez le cerfeuil haché.

10. Faites chauffer légèrement le mélange de la photo 9, couvrez-en les pavés de poisson.

11. Ajoutez aux lentilles poêlées avec du beurre l'ail et l'échalote hachés puis du vinaigre de vin.



12. Ajoutez le cerfeuil haché et mélangez.

**Préparation de la salade d'herbes**

Faites tiédir l'huile d'arachide prévue pour la sauce. Mettez dans une casserole la purée de basilic et ajoutez l'huile tiède en fouettant. Rectifiez l'assaisonnement puis délayez avec le fumet de saint-pierre pour obtenir une sauce lisse.

Assaisonnez les herbes destinées à la salade avec la vinaigrette puis disposez-en en tas en haut de chaque assiette. Mettez 1 c. à s. de lentilles chaudes à côté de la salade.

**13. Montez la purée au basilic avec l'huile d'arachide et délayez avec le fumet de saint-pierre.**

**14. Assaisonnez les herbes destinées à la salade avec la vinaigrette.**

**15. Disposez des lentilles à côté de la salade d'herbes.**

Dressage

Déposez un pavé de saint-pierre sur chaque assiette puis versez 1 c. à s. de sauce au basilic des deux côtés du poisson.

**' 5. Versez 1 c. à s. de sauce au basilic de part et : autre du saint-pierre.**

# Rosettes de truite de mer

## CUITES EN PEAU

POUR 4 PERSONNES

1 truite de mer de 1,8 kg
5 cl d'huile
Sel
Poivre du moulin

Pour la sauce
50 g d'échalote
40 g de carotte
30 g de côte de céleri
40 g de fenouil
50 cl de vin rouge corsé
1 c. à s. de concentré de tomate
2 gousses d'ail pelées et dégermées
1 petit bouquet garni
10 cl de verjus (jus de raisin immature réduit de moitié)
100 g de beurre
½ c. à s. de vinaigre de vin
Sel

Pour la garniture
1 gros champignon de Paris
2 petites courgettes
100 g de tiges de brocolis
6 mini poireaux
60 g de beurre
Cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Pour le cordon
100 g de crevettes grises
10 cl de crème fraîche
50 g de beurre

Julienne de citron saumuré
(voir p. 243)

**Préparation** de base de la truite de mer
Écaillez et videz la truite de mer. Levez un filet en laissant la peau. Retirez soigneusement les arêtes avec une pince. Enlevez la chair du côté **du** ventre, en laissant la peau.

**1. Levez un filet de la truite de mer.**

**2. Enlevez les arêtes avec une pince.**

**3. Enlevez la chair côté ventre, en laissant la peau.**

Rabattez la peau libre sur la chair et roulez le filet. Maintenez-le roulé avec de la ficelle de cuisine tous les 5 cm environ. Mettez au réfrigérateur (vous utiliserez la chair retirée pour une autre recette).

Préparation de la sauce
Retirez les yeux du poisson, coupez le reste de la truite de mer en morceaux. Rincez les légumes destinés à la sauce, pelez-les puis coupez-les en mirepoix fine de 5 mm. Faites suer la mirepoix avec 1 noix de beurre et 1 pincée de sel.
Portez le vin rouge à ébullition et flambez-le. Ajoutez le concentré de tomate et faites réduire de moitié.

Ajoutez l'ail et le bouquet garni à la mirepoix de légumes ainsi que les morceaux de truite puis faites-les suer pendant quelques minutes. Versez le vin rouge réduit et faites cuire 30 min à petits frémissements.
Faites bouillir le verjus dans une sauteuse, ajoutez 25 cl de fumet filtré puis continuez la cuisson sur feu très doux en écumant. Pendant cette opération, passez plusieurs fois le mélange au chinois étamine et réduisez jusqu'à environ 20 cl.

**4. Roulez le filet avec la peau et maintenez-le en nouant des ficelles de cuisine tous les 5 cm environ.**

**5. Ajoutez le reste de la truite de mer à la mirepoix de légumes, faites suer pendant quelques minutes.**

**6. Versez le vin rouge flambé et réduit.**

**Préparation de la garniture (pendant la cuisson de la sauce)**

Coupez les tiges de brocolis en julienne fine de 3 cm de long. Rincez les courgettes, pelez-les et coupez les peaux en julienne de la même taille que celle du brocoli.

Nettoyez le champignon, coupez le chapeau en lamelles de 1 mm d'épaisseur et recoupez celles-ci en julienne.

Pelez le citron saumuré et coupez le zeste en julienne fine. Plongez la julienne quelques minutes dans de l'eau bouillante, passez-la sous l'eau froide puis égouttez-la.

Coupez les mini poireaux en biais, en tronçons de 3 mm d'épaisseur. Faites-les blanchir dans de l'eau bouillante salée. Plongez-les dans de l'eau contenant des glaçons puis égouttez-les.

Faites blanchir séparément la julienne de courgette et de brocoli, rafraîchissez-les dans de l'eau contenant des glaçons puis égouttez-les.

7. Coupez en julienne les tiges de brocoli et les peaux de courgette.

8. Coupez les mini poireaux en biseau, en tronçons de 3 mm.

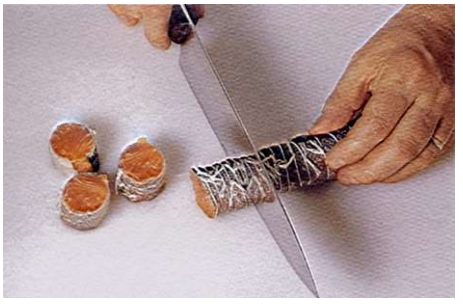
**9. Faites blanchir les poireaux à l'eau bouillante salée.**

Coupez la truite de mer roulée en 12 tronçons de 2,5 cm de large.

**Préparation du cordon**

Faites bouillir 10 cl d'eau, ajoutez les crevettes grises, couvrez et laissez infuser 10 min pour que la saveur se diffuse. Filtrez le bouillon. Ajoutez 10 cl de crème fraîche puis faites réduire de moitié. Ajoutez le beurre en dés et émulsionnez avec un mixeur plongeant.

Faites chauffer l'huile dans une poêle antiadhésive. Salez et poivrez les rosettes de truite puis taites-les cuire à feu vif 1 min 30 de chaque côté. Enlevez les ficelles et remettez-les rosettes debout dans la poêle pour que la peau devienne croustillante.



**10. Coupez la truite de mer roulée en 12 tronçons de 2,5 cm.**

**11. Faites cuire les rosettes dans l'huile chaude, 1 min 30 de chaque côté.**

**12. Retirez les ficelles, et faites cuire les rosettes côté peau pour la rendre croustillante.**

Finition de la sauce
Faites chauffer la sauce, montez-la avec le reste du beurre puis ajoutez quelques gouttes de vinaigre de vin.

Finition de la garniture
Faites chauffer 1 noix de beurre dans une sauteuse et faites-y cuire la julienne de champignon. Ajoutez la julienne de courgette et de brocoli, salez et poivrez.
Faites cuire les poireaux dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les et liez-les avec le reste du beurre.

**13. Montez la sauce chaude avec du beurre.**

14. Faites cuire la julienne de champignon dans du beurre.

15. Ajoutez la julienne de courgette et de brocoli.

Dressage
Versez un filet de cordon sur chaque assiette en dessinant un cercle puis nappez de sauce l'intérieur du cercle.

Déposez 3 rosettes de truite et disposez de la julienne de légumes dessus. Accompagnez de poireaux en petits tas entre les rosettes.
Parsemez le dessus des rosettes de julienne de citron saumuré dans du sel et décorez avec du cerfeuil.

## Citron saumuré

Rincez 1 citron et essuyez-le.
Fendez-le en quatre sans séparer totalement les quartiers. Introduisez dans les fentes du citron 1 grosse pincée d'un mélange composé de 25 g de sel et de 1 pincée de sucre. Mettez dans un bocal et ajoutez le reste du mélange.
Laissez 3 semaines au réfrigérateur. Rincez le citron à l'eau froide avant de l'utiliser.

**16. Disposez de la julienne de légumes sur les rosettes de truite.**

**17. Accompagnez de poireaux entre les rosettes.**

**18. Pour faire 1 citron saumuré, mélangez du sucre et du sel et saupoudrez-en les fentes et le tour du citron. Laissez saumurer pendant 3 semaines.**

# Saumon rôti en peau mi-cuit

## À L'HUILE VIERGE

### POUR 4 PERSONNES

2 pavés de saumon de 1 kg chacun avec la peau, taillés dans un saumon de 8 kg
250 g de petits calmars
5 cl d'huile d'olive
4 g de fleur de sel de Guérande (voir p. 273)
Sel
Poivre du moulin

Pour la préparation à la tapenade
14 g de basilic
5 g d'estragon
5 g d'aneth
50 g de tapenade (voir p. 252)
0,5 g de poivre du moulin
5 cl d'huile d'olive

Pour la garniture
5 cl d'huile d'olive
30 g d'olives noires niçoises coupées en dés
30 g de tomate pelée et coupée en dés
5 g de basilic ciselé

Pour la salade d'herbes
6 g de feuilles d'aneth
2 g de feuilles de marjolaine
2 g de feuilles de basilic
3 g de feuilles d'estragon
8 g de feuilles de cerfeuil
1 g de feuilles de céleri
2 g de feuilles de persil plat
2 cl de vinaigrette (voir p. 455)

Détachez les tentacules des corps des calmars et enlevez les becs attachés au bout des tentacules. Rincez-les à l'eau et épongez-les.

Réservez les corps pour un autre plat car ils ne sont pas utilisés pour cette recette.
Retirez les arêtes du saumon avec une pince.

1. Détachez les tentacules des corps des calmars.

2. Enlevez les becs.

**3. Mélangez la tapenade avec les aromates hachés.**

Préparation à la tapenade
Rincez les aromates et égouttez-les soigneusement. Hachez le tout finement, mélangez avec la tapenade, du poivre et l'huile d'olive. Réservez au réfrigérateur.

Préparation du saumon farci
Insérez un couteau long et fin sous la peau de chaque pavé de saumon, incisez sur une largeur d'environ 2 cm, d'un côté à l'autre. Faites 4 incisions de la même manière sur toute la longueur.

Mettez la préparation à la tapenade dans une poche munie d'une douille ronde métallique de taille moyenne et mettez de la tapenade dans chaque incision. Appuyez sur la peau avec les doigts pour bien répartir la farce.
Saupoudrez de sel les deux faces du saumon et poivrez.

**4. Ajoutez l'huilé d'olive, mélangez.**

5. Insérez un couteau entre la peau et la chair de chaque pavé de saumon et incisez sur une largeur de 2 cm.

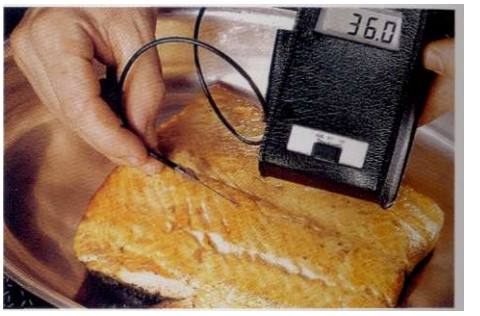
6. Farcissez les parties incisées de préparation à la tapenade à l'aide d'une poche à douille.

Cuisson des pavés de saumon
Préchauffez le four à 200 "C (th. 7). Faites chauffer 4 cl d'huile d'olive dans une grande poêle antiadhésive, déposez dedans les pavés de saumon, côté chair dessous. Laissez colorer pendant 1-2 min. Retournez les pavés et laissez encore 1-2 min.

Mettez au four la poêle avec le saumon et laissez cuire 10-11 min en arrosant de temps en temps avec l'huile contenue dans la poêle. Lorsque la température au cœur des filets atteint 21 "C, sortez la poêle du four et laissez reposer jusqu'à ce que la température atteigne 36 "C.

**7. Saupoudrez de sel les deux faces du saumon et poivrez.**

**8. Faites dorer le saumon 1-2 min de chaque côté dans de l'huile d'olive.**




**9. Lorsque la température au cœur du saumon atteint 21 °C, sortez-le du four et laissez-le reposer jusqu'à ce que la température atteigne 36 °C.**

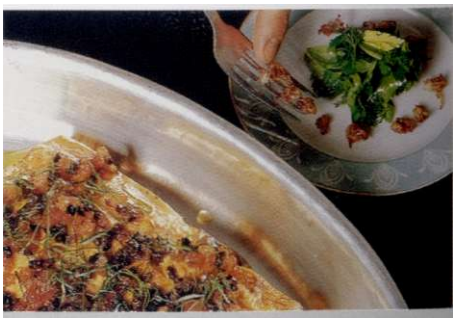
Cuisson des tentacules de calmar
Faites chauffer 1 cl d'huile d'olive dans une petite poêle et faites-y sauter les tentacules des calmars. Lorsqu'ils sont devenus croquants, éliminez l'huile puis salez et poivrez.

Préparation de la garniture et dressage
Faites chauffer 5 cl d'huile d'olive à feu doux, ajoutez les dés d'olive et de tomate ainsi que le basilic ciselé. Mélangez.
Parsemez cette garniture sur le côté chair de chaque pavé de saumon.

Disposez sur des assiettes la salade d'herbes assaisonnée avec la vinaigrette, parsemez de calmars et accompagnez-en le saumon.
Coupez finement le saumon dans la longueur, saupoudrez de fleur de sel, poivrez et servez.

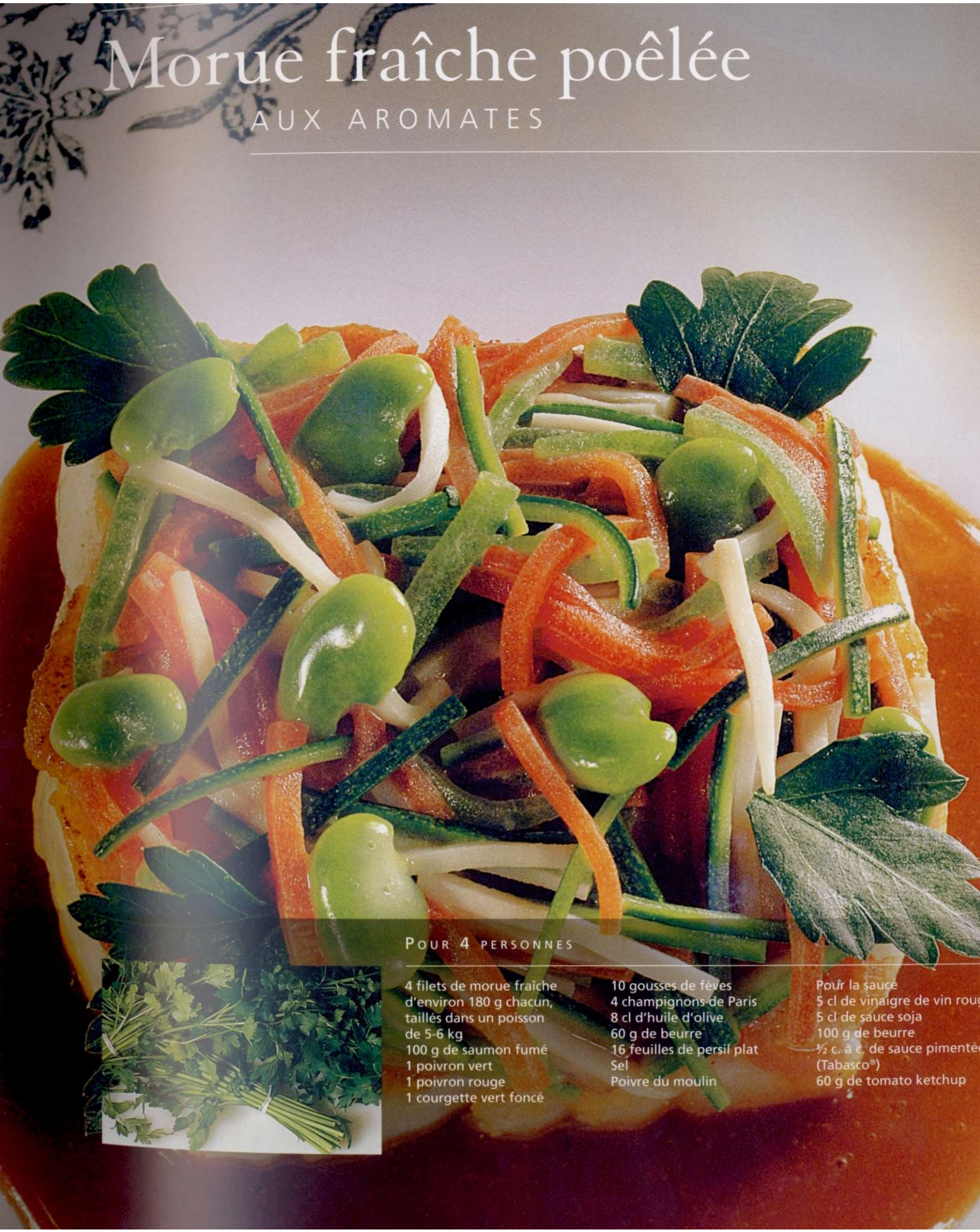
10. Faites sauter les calmars dans de l'huile d'olive vierge jusqu'à ce qu'ils soient croquants.

11. Mélangez les dés d'olives et de tomates ainsi que le basilic ciselé avec l'huile d'olive chauffée.



12. Disposez la salade d'herbes sur des assiettes et surmontez de calmars. Coupez finement le saumon dans la longueur pour les servir.

# Morue fraîche poêlée
## AUX AROMATES





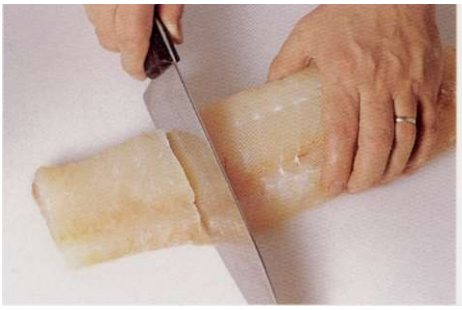
### Pour 4 personnes

4 filets de morue fraîche d'environ 180 g chacun, taillés dans un poisson de 5-6 kg
100 g de saumon fumé
1 poivron vert
1 poivron rouge
1 courgette vert foncé
10 gousses de fèves
4 champignons de Paris
8 cl d'huile d'olive
60 g de beurre
16 feuilles de persil plat
Sel
Poivre du moulin

Pour la sauce
5 cl de vinaigre de vin rou
5 cl de sauce soja
100 g de beurre
½ c. à c. de sauce pimenté (Tabasco®)
60 g de tomato ketchup

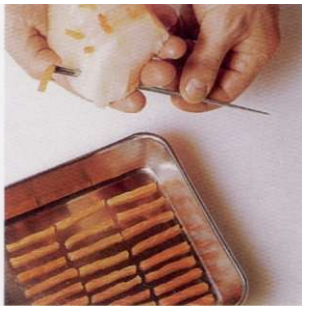
Préparation des pavés de morue
Coupez la partie de ventre des filets de morue et retirez les arêtes. Préparez 4 beaux pavés de 180 g chacun.
Coupez le saumon fumé en forme de bâtonnets carrés de 3 mm de côté et d'une longueur de 3 cm. Conservez-les au froid.

Piquez à l'aide d'une aiguille à larder 16 bâtonnets de saumon fumé dans chaque pavé de morue. Lors de cette opération, il faut piquer verticalement les bâtonnets de saumon fumé. Coupez les bâtonnets qui dépassent et égalisez les formes.



**1. Préparez des pavés de 180 g chacun à partir des filets de morue.**

**2. Coupez le saumon fumé en bâtonnets carrés de 3 mm de côté et d'une longueur de 3 cm.**

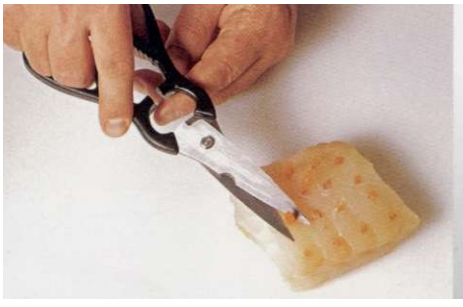


**3. Piquez les bâtonnets de saumon fumé dans les pavés de morue.**

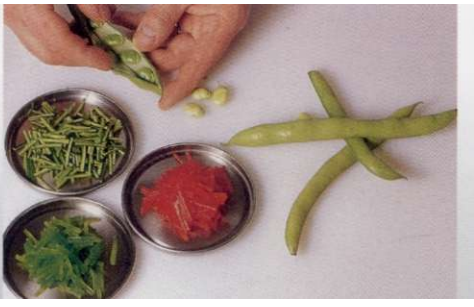
Préparation de la garniture
Prélevez la peau de la courgette en bandes de 3 cm de large, puis recoupez ces bandes en julienne de 1 mm.
Pelez les 2 types de poivrons, ôtez le pédoncule et les graines puis coupez la pulpe en julienne de 1 mm de large et de 3 cm de long.

Écossez les fèves, blanchissez-les dans de l'eau bouillante salée, puis mettez-les dans de l'eau contenant des glaçons pour les refroidir. Enlevez la peau et le germe de chaque fève.
Blanchissez la julienne de courgette 10 s dans de l'eau bouillante salée, mettez-la dans de l'eau contenant des glaçons puis égouttez-la.

Blanchissez la julienne de poivrons 20 s et refroidissez-la dans de l'eau contenant des glaçons.
Coupez le chapeau des champignons en julienne de la même taille que celle de courgette.



**4. Coupez les parties de saumon qui dépassent, uniformisez les pavés.**



**5. Coupez en julienne la courgette et les poivrons. Écossez les fèves et blanchissez-les.**

**6. Blanchissez la courgette pendant 10 s.**

Préparation **de la sauce**
**Mettez le vinaigre de vin rouge et la sauce soja dans une sauteuse et portez à ébullition. Montez ce mélange avec le beurre, ajoutez le Tabasco® et le ketchup. Fouettez bien. Rectifiez l'assaisonnement.**

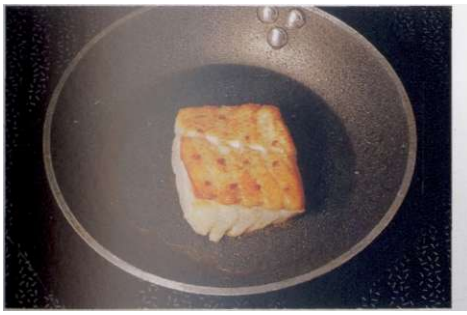
**7. Ajoutez au vinaigre de vin rouge la sauce soja** en **même quantité et portez ébullition.**

**8. Montez ce mélange avec le beurre.**

**9. Ajoutez le Tabasco®, le ketchup et fouettez.**

**Préparation de la morue et de la garniture**
**Faites chauffer l'huile d'olive dans une poêle antiadhésive. Salez et poivrez les pavés de morue. Déposez-les dans l'huile chaude et faites-les cuire environ 3 min de chaque côté, en ajustant le temps de cuisson selon l'épaisseur des pavés. Vérifiez la cuisson puis déposez-les sur une grille pour les égoutter.**

**Faites chauffer 40 g de beurre dans une sauteuse, ajoutez la julienne de champignon avec 1 pincée de sel et faites-la suer 2 min. Mettez ensuite les juliennes de poivron et de courgette, mélangez soigneusement avec une fourchette et assaisonnez.**

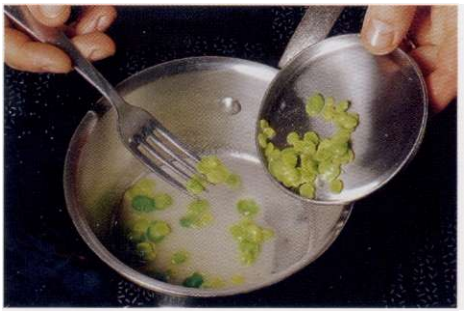


10. Lorsque **l'huile d'olive est chaude, déposez** le **poisson dedans et laissez-le cuire.**

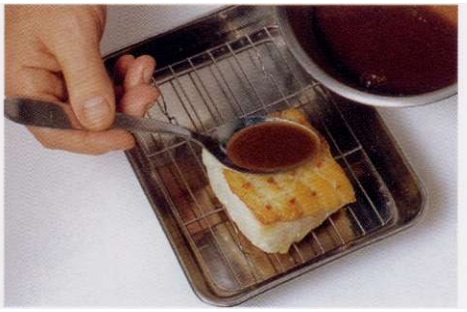
**11. Faites suer la julienne de champignon avec du beurre.**

**12. Ajoutez les juliennes de poivron et de courgette et mélangez.**

Faites réchauffer les fèves dans de l'eau bouillante, égouttez-les, liez-les avec 20 g de beurre et assaisonnez.
Nappez le poisson de sauce, disposez la julienne de légumes dessus et parsemez de fèves.



**13. Liez avec du beurre les fèves réchauffées à l'eau bouillante.**

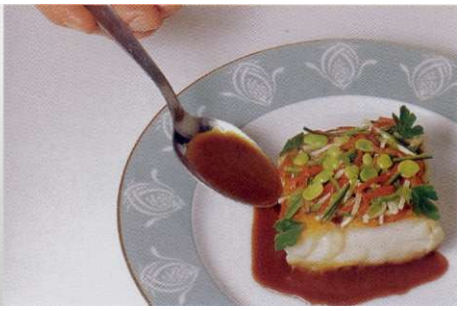


**14. Nappez le poisson de sauce.**

15. **Disposez** la **julienne de** légumes dessus.

Dressage
Posez un pavé de morue au centre de chaque assiette, mettez du persil plat aux 4 coins.
Donnez un tour de moulin et versez de la sauce autour du poisson.

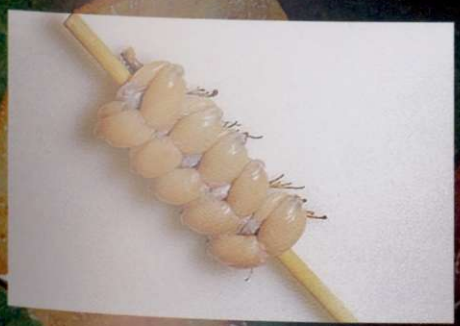
16. Parsemez de fèves.



17. Déposez un pavé de morue sur chaque assiette et versez de la sauce autour.

# Cuisses de grenouille

## À LA CRÈME DE PERSIL AUX ÉCHALOTES



### Pour 4 personnes

28 paires de cuisses de grenouille
2 petites échalotes ciselées finement
80 g de beurre
200 g de petites girolles
1 pincée de persil plat haché
Farine
Cerfeuil
Sel
Poivre du moulin

Pour la crème de persil
200 g de feuilles de persil plat
200 g d'échalotes
1 gousse d'ail
2 c. à s. de beurre
6 cl de crème fraîche double
Sel
Poivre du moulin

Pour le cordon
100 g de crevettes grises
10 cl de crème fraîche
50 g de beurre

Préparation de la crème de persil
Rincez les 200 g de feuilles de persil et plongez-les dans de l'eau bouillante salée. Après 1 min, égouttez-les et mettez-les dans de l'eau contenant des glaçons. Egouttez-les à nouveau, tordez-les avec les mains pour bien en enlever toute l'eau, puis hachez-les finement.

Épluchez les échalotes et l'ail. Plongez-les 1 min dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les puis mettez-les dans une sauteuse avec 1 c. à s. de beurre. Couvrez et laissez confire 30 min à feu très doux.
Enlevez la première peau des échalotes et de l'ail confits, coupez-les en 2 longitudinalement et enlevez le germe.
Hachez-les au mixeur et passez au tamis fin.

**1. Faites bouillir le persil pendant 1 min, plongez-le dans de l'eau contenant des glaçons. Égouttez-le et hachez-le.**

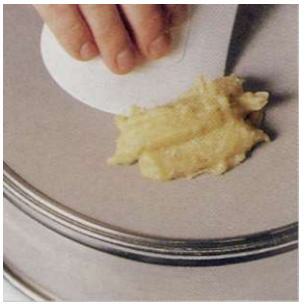
**2. Après avoir blanchi les échalotes et l'ail, faites-les confire 30 min à feu doux avec du beurre.**

**3. Enlevez la première peau des échalotes et de l'ail.**

Préparation de la garniture
Mettez 1 c. à s. de beurre et les 2 échalotes ciselées dans une sauteuse avec 1 pincée de sel, puis faites-les suer 3 min à feu doux en évitant qu'elles blondissent.
Nettoyez les girolles et mettez-les au réfrigérateur.

Préparation du cordon
Mettez les crevettes grises dans 10 cl d'eau bouillante, couvrez et laissez reposer pendant 10 min pour que la saveur se diffuse. Tamisez. Ajoutez la crème fraîche au fumet obtenu et faites-le réduire de moitié. Ajoutez le beurre en morceaux en mélangeant au mixeur. Maintenez au chaud.

Préparation et cuisson des grenouilles
Séparez les cuisses de grenouille les unes des autres avec des ciseaux. Ne conservez que les parties charnues. Farinez-les, salez-les et poivrez-les.



**4. Passez au tamis fin pour réduire en purée.**

**5. Séparez les cuisses de grenouille les unes des autres.**

**6. Farinez chaque cuisse, tapotez pour ôter l'excédent, salez et poivrez.**

Faites chauffer 60 g de beurre dans une poêle antiadhésive. Lorsqu'il a une couleur noisette, déposez dedans les cuisses de grenouille les unes à côté des autres. Faites-les cuire 4-5 min à feu doux en les tournant pour qu'elles dorent d'une manière régulière.

**7. Lorsque** le **beurre a une couleur noisette, mettez-y les cuisses de grenouille.**

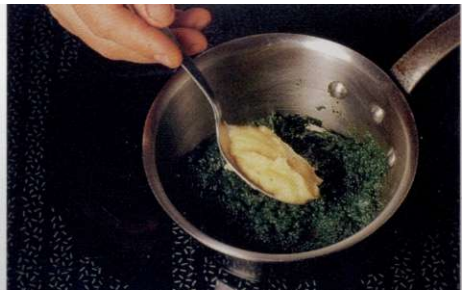
**8. Faites-les cuire à feu doux en les tournant.**

**9. Elles doivent prendre une jolie couleur dorée.**

Finition de la crème de persil
Mettez la purée de persil dans une sauteuse, ajoutez 1 c. à s. de beurre et mélangez au fouet en chauffant doucement. Versez la crème fraîche et portez à ébullition. Ajoutez la purée d'échalote et d'ail et rectifiez l'assaisonnement. Maintenez au chaud.

**1° Faites chauffer la purée de persil avec du** beurre, en **mélangeant.**

**11. Versez la crème fraîche et faites-la bouillir en mélangeant.**



**12. Ajoutez la purée d'échalote et d'ail.**

Faites chauffer 1 c. à s. de beurre dans une poêle, mettez-y les girolles et faites-les sauter à feu vif. Ajoutez les échalotes que vous avez fait suer ainsi que le persil haché, assaisonnez et mettez-les dans un plat. Maintenez au chaud.

13. Faites sauter les girolles à feu vif, puis ajoutez les échalotes que vous avez fait suer.

14. Ajoutez le persil plat haché,

Dressage
Versez la crème de persil en rond sur les assiettes et disposez 14 cuisses de grenouille en cercle. Versez un filet de cordon autour de la crème de persil. Déposez les girolles au centre.

**15. Versez en rond la crème de persil au centre des assiettes.**

**16. Disposez 14 cuisses de grenouille en cercle.**

**17. Déposez les girolles au centre.**

# Rôti d'agneau

## AUX HERBES EN CROÛTE DE SEL

POUR 4 PERSONNES

2 carrés d'agneau de 800 g de côtes chacun
2 c. à s. d'huile d'arachide
1 oignon
1 carotte
1 petite branche de céleri
60 g de beurre
1 pincée de thym
2 gousses d'ail coupées en deux et dégermées
1 bouquet garni
6 feuilles de basilic ciselées
20 cl de crème fraîche
Sel
Poivre du moulin

Pour la persillade
20 g de mie de pain fraîche en chapelure
2 pincées de thym
2 c. à s. de persil plat haché

Pour la garniture
6 cl d'huile d'olive
1 c. à c. de curry en poudre
2 carottes
2 courgettes
200 g de tagliatelles fraîches
40 g de beurre
2 c. à s. de basilic ciselé

Pour la pâte à sel
300 g + 200 g de gros sel marin
2 blancs d'œufs
400 g de farine
12 brins de thym
2 branches de romarin
16 cl d'eau
4 jaunes d'œufs

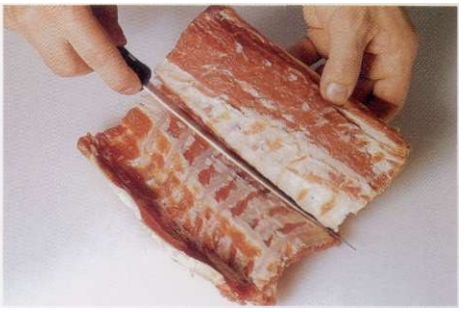
La veille, mélangez 4 cl d'huile d'olive et 1 c. à c. de curry en poudre prévus pour la garniture et laissez reposer.

Préparation de la pâte à sel
Effeuillez le thym. Effeuillez le romarin et hachez finement les aiguilles.
Dans un robot, mettez 300 g de gros sel, 2 blancs d'œufs, la farine, le thym, le romarin et l'eau puis pétrissez. Roulez la pâte en boule et laissez-la reposer au moins 2 h au réfrigérateur.

Désossez les carrés d'agneau. Retirez l'excédent de graisse en préservant l'enveloppe de gras. Concassez les os.

**1. Les** ingrédients de la pâte à sel.

2. Pétrissez au robot 300 g de gros sel, les blancs d'œufs, la farine, le thym, le romarin et l'eau.



3. Parez les carrés d'agneau en détachant la bande de gras qui recouvre la noix sans la couper.

Confection d'un jus d'agneau
Faites chauffer 2 c. à s. d'huile d'arachide dans une sauteuse, ajoutez les os et les parures de viande et faites-les dorer à feu vif. Retirez les os et les parures de la sauteuse et jetez le gras. Coupez l'oignon, la carotte et le céleri en dés et faites-les dorer dans la sauteuse avec 20 g de beurre.

Ajoutez les gousses d'ail et les os et parures mis de côté, puis mouillez à hauteur avec de l'eau. Ajoutez le bouquet garni, grattez le fond de la sauteuse pour dissoudre les sucs de cuisson, assaisonnez légèrement et laissez cuire 1 h à feu doux. Filtrez, remettez sur le feu et faites réduire jusqu'à obtenir 6 cl de jus. Filtrez de nouveau, ajoutez le basilic ciselé, couvrez et laissez infuser hors du feu.

Préparation de la persillade
Mélangez la chapelure fraîche, le thym et le persil haché. Passez le tout à la moulinette électrique, puis au tamis.

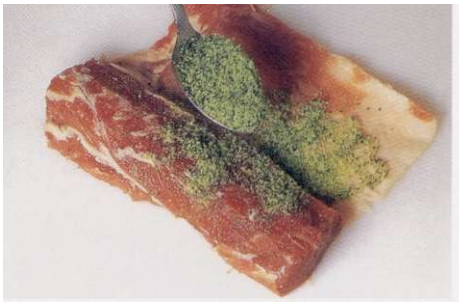
4. **Retirez soigneusement le gras à l'aide d'un couteau de cuisine.**

**5. Après avoir fait réduire le jus d'agneau et l'avoir passé au chinois, ajoutez le basilic ciselé, laissez infuser.**

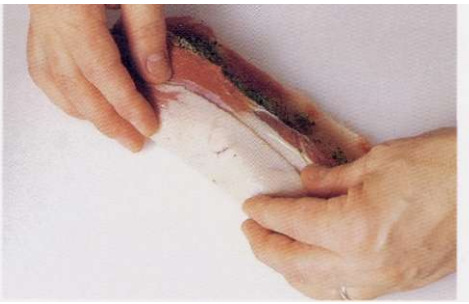
**6. Mélangez la chapelure fraîche, le thym et le persil, passez le tout à la moulinette électrique, tamisez cette persillade.**

Salez et poivrez la face interne du carré et de la bande de gras, puis parsemez régulièrement avec la persillade. Enroulez le carré dans la bande de gras laissée attachée.

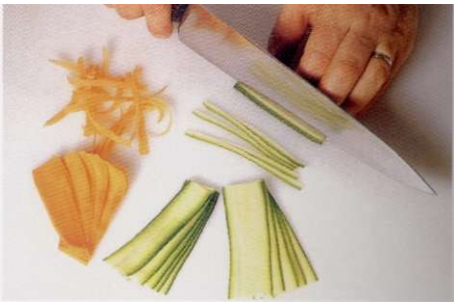
Préparation de la garniture
Pelez les carottes et taillez-les en bâtonnets de 8 cm de long, de 4 mm de large et de 1 mm d'épaisseur. Lavez les courgettes et coupez-les en bâtonnets de la même taille. N'utilisez que les morceaux pourvus d'une bande de peau. Blanchissez les carottes et les courgettes à l'eau bouillante salée, rafraîchissez-les sous l'eau froide puis égouttez-les.



**7. Parsemez la face interne de la viande de persillade.**



**8. Enveloppez la noix dans la bande de gras toujours attachée.**



**9. Coupez les carottes et les courgettes prévues pour la garniture en bâtonnets de 8 cm de long sur 1 mm d'épaisseur et 4 mm de large.**

Préchauffez le four à 250 °C (th. 8).
Préparez une dorure en battant les jaunes d'œufs avec 1 pincée de sel et 1 c. à s. d'eau.
Étalez la pâte à sel en rectangle, déposez-y la viande préparée et enroulez-la dans la pâte.

Fermez en appuyant sur les extrémités pour les souder. Supprimez l'excédent de pâte avec un couteau. Déposez sur la plaque du four parsemée de gros sel.

10. Étalez la pâte à sel en rectangle.

11. Enroulez la viande préparée dans la pâte à sel.

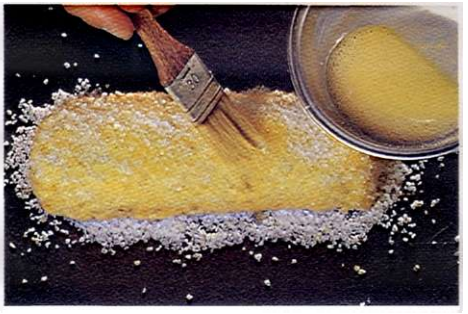
12. Appuyez fermement sur les extrémités du rouleau de pâte, coupez l'excédent.

Badigeonnez la surface de la pâte avec la dorure, parsemez avec le reste du gros sel, et passez de nouveau de la dorure.

Mettez l'agneau au four et laissez-le cuire 16 min environ. Piquez jusqu'au cœur avec une aiguille pour vérifier la température.
Elle doit atteindre 52 °C

**13. Badigeonnez la surface de la pâte avec la dorure.**

**14. Parsemez la surface avec le reste de gros sel.**



15. Badigeonnez de nouveau avec la dorure, sur le gros sel.

Gros sel

Ils**'agit de sel naturel non raffiné issu de la** mer. **Le sel brut cristallisé dans les marais** salants **est lavé et. une fois débarrassé de** ses **impuretés, il constitue un produit de première qualité.**

Terminez la garniture pendant la cuisson du rôti.
Salez une grande casserole d'eau bouillante, ajoutez 2 cl d'huile d'olive et faites-y cuire les pâtes. Lorsqu'elles sont al dente, égouttez-les et mettez-les dans une casserole, puis ajoutez un peu d'huile au curry préparée la veille.

Réchauffez les bâtonnets de carotte et de courgette en les passant brièvement dans de l'eau bouillante salée, égouttez-les et versez sur les pâtes. Ajoutez le beurre et le basilic ciselé et remuez doucement. Vérifiez l'assaisonnement et rectifiez avec le reste de l'huile au curry.

**16. Faites bou'"'r de l'eau, ajoutez du sel et 2 cl** d'huile **d'olive, faites-y cuire les pâtes.**

**17. Versez de l'huile parfumée au curry sur les pâtes cuites al dente et égouttées, mélangez.**

**18. Ajoutez les légumes aux pâtes, incorporez le beurre.**

Finition de la sauce
Portez le jus d'agneau à ébullition, ajoutez la crème et faites réduire jusqu'à ce que la sauce prenne un peu consistance. Passez au chinois, rectifiez l'assaisonnement, incorporez le reste du beurre et homogénéisez la sauce à l'aide d'un mixeur plongeant.

Présentation
Présentez le rôti d'agneau en croûte de sel bien doré à vos convives, découpez la croûte aux deux tiers de sa hauteur et sortez la viande. Retirez l'enveloppe de gras et coupez la viande en tranches de 5 mm d'épaisseur. Nappez les assiettes chaudes de sauce, déposez les tranches de viande dessus et accompagnez de pâtes.

Relevez la viande avec du poivre du moulin décorez avec du thym.

**19. Parsemez la garniture de basilic ciselé et mélangez.**

**20. Terminez la sauce en ajoutant la crème au jus d'agneau réduit.**

**21. Le rôti d'agneau en croûte de sel doré à point.**

# Tourtière d'agneau

## AUX AUBERGINES, COURGETTES ET TOMATES

POUR 4 PERSONNES

300 g de viande d'agneau partiellement dégraissée et dénervée
75 g de graisse d'agneau de bonne qualité
50 g de courgette non pelée et coupée en dés de 5 mm
50 g d'aubergine non pelée et coupée en dés de 5 mm
2 c. à s. d'huile d'olive
60 g d'oignon haché
2 c. à s. de glace d'agneau (voir p. 449)
1 pincée de curry en poudre
1 pincée de graines de cumin
15 g de persil plat concassé
1 pincée de thym
100 g de beurre
Sel
Poivre du moulin

Pour la concassée de tomate
300 g de tomates
100 g de poivron rouge
50 g d'oignon haché
5 cl d'huile d'olive
1 gousse d'ail
1 petit bouquet garni
20 g de basilic ciselé
Sel
Poivre du moulin

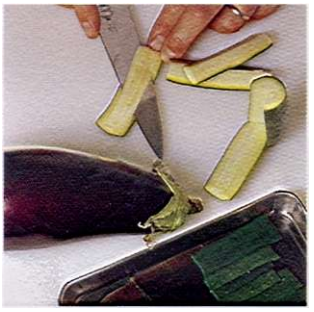
Pour la décoration
12 petites tomates
8 courgettes de taille moyenne
4 aubergines

Pour la persillade
20 g de mie de pain fraîche en chapelure
2 c. à s. de persil plat haché
1 gousse d'ail pelée et écrasée
1 brin de thym
10 cl de jus d'agneau (voir p. 272)
Fleur de thym
Huile d'olive
Sel
Poivre du moulin

Préparation de la décoration
Pelez les tomates prévues pour la décoration et coupez-les en quatre tranches. Découpez 64 cercles de 2,5 cm de diamètre dans la partie extérieure de la chair. Lavez 2 courgettes et confectionnez 60 rondelles de 1 mm d'épaisseur.

Découpez dans la peau des 6 courgettes restantes et des aubergines environ 48 lamelles de chaque, de 8 cm de long sur 2,5 cm de large. Blanchissez-les rapidement à l'eau bouillante salée, rafraîchissez-les sous un filet d'eau froide, puis égouttez-les.

Recouvrez de papier sulfurisé 4 plaques de cuisson de **13** cm de diamètre, posez sur chacune un cercle en inox de 10 cm de diamètre et beurrez l'intérieur des cercles.
Tapissez la paroi de chaque cercle avec 12 lamelles de courgette et 12 lamelles d'aubergine, en les alternant et en les faisant déborder sur le fond du cercle de 1 à 2 cm.
Mettez au réfrigérateur.



**1. Préparez des lamelles avec la peau des aubergines et de 6 courgettes.**

**2. Recouvrez de papier sulfurisé 4 plaques de cuisson rondes de 13 cm de diamètre, posez sur chacune d'elles un cercle en inox de 10 cm de diamètre, beurrez la paroi intérieure.**

**3. Tapissez la paroi de chaque cercle alternativement avec 12 lamelles d'aubergine et de courgette, en les faisant déborder sur le fond de 1 à 2 cm.**

Préparation de la concassée de tomate
Retirez la peau et les pépins des tomates et détaillez la chair en petits dés. Procédez de la même façon avec le poivron, puis coupez-le en brunoise. Faites suer l'oignon haché avec l'huile d'olive et 1 pincée de sel, en veillant à ne pas le laisser blondir. Ajoutez l'ail, le bouquet garni, les dés de tomate et la brunoise de poivron.

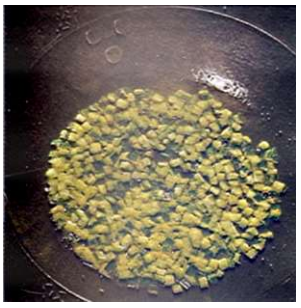
Salez, poivrez et faites cuire doucement jusqu'à l'évaporation totale de l'eau des tomates. Retirez l'ail et le bouquet garni, ajoutez le basilic et rectifiez l'assaisonnement.

**4. Les ingrédients de la concassée de tomates, cuits doucement jusqu'à évaporation de l'eau des tomates.**

**5. Les éléments entrant dans la composition de la tourtière. En arrière-plan, les tomates et les courgettes coupées en rondelles, qui serviront à la décoration.**

**Préparation de** la **tourtière**
Préchauffez le four à 190 "C (th. 7). Détaillez la viande et la graisse d'agneau en petits dés. Faites sauter séparément les dés de courgette et **d**'aubergine dans 1 c. à s. d'huile d'olive, salez, poivrez et retirez le gras. Faites suer l'oignon haché dans 1 c. à s. d'huile d'olive additionnée **d'une** pincée de sel.

Transvasez dans un saladier les dés de courgette et d'aubergine sautés. Ajoutez la viande et la graisse d'agneau, les oignons, la glace d'agneau, le curry en poudre, le cumin, le persil plat. le thym, et mélangez soigneusement.



**6. Faites sauter séparément les dés de courgette et d'aubergine.**

**7. Transvasez courgettes et aubergines égouttées dans un saladier.**

**8. Remuez bien tous les ingrédients pour obtenir un mélange homogène.**

Séparez cette préparation en **4** portions égales, répartissez-les dans les 4 cercles en inox et lissez la surface.

Repliez vers l'intérieur les lamelles de courgette et d'aubergine qui dépassent.

Insérez en parts égales la concassée de tomate, puis tassez doucement.

**9. Répart'ssez équitablement la préparation entre les 4 cercles.**

**10. Repliez vers l'intérieur les lamelles de courgette et d'aubergine.**

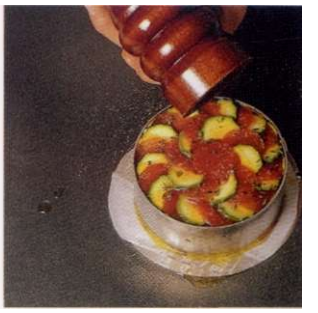
**11. Répartissez en parts égales la concassée de tomate, tassez doucement.**

Déposez dessus 10 ronds de tomate et 10 ronds de courgette en les faisant se chevaucher légèrement.

Disposez la couche suivante dans le sens inverse en superposant à demi 5 ronds de chaque pour réaliser un tour. Déposez une rondelle de tomate au centre.
Pressez doucement le tout, parsemez de sel, de poivre et de thym, puis arrosez de quelques gouttes d'huile.

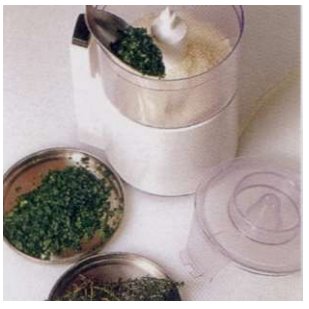
**12. Disposez sur le dessus 10 ronds de tomate et de courgette en les faisant légèrement se chevaucher.**

**13. Pour la couche suivante, alternez 5 ronds de tomate et de courgette dans le sens inverse, déposez une rondelle de tomate au centre.**



**14. Parsemez de sel, de poivre et de thym, arrosez d'huile d'olive.**

Préparation de la persillade
Passez la mie de pain, le persil, l'ail écrasé et le thym **à** la moulinette électrique, puis tamisez.



15. Passez les ingrédients de la persillade à la moulinette électrique.

16. Passez la persillade au tamis.

Finition et dressage

Saupoudrez les tourtières de persillade et faites-les cuire 30 min au four à 180 °C (th. 6), jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

Après la cuisson, inclinez délicatement les tourtières pour faire écouler l'excédent de gras. Enlevez les plaques de cuisson tout en faisant glisser doucement les tourtières sur des assiettes. Retirez les cercles en inox, versez du jus d'agneau autour de chaque tourtière puis parsemez de fleur de thym.

**17. Saupoudrez les tourtières de persillade, mettez-les au four.**

**18. Faites glisser les tourtières sur des assiettes, en retirant les plaques. Ôtez les cercles en inox.**

# Selle d'agneau de lait rôtie

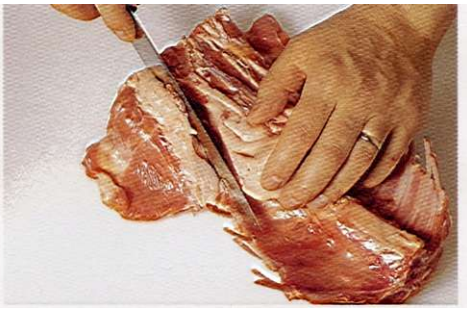
## AVEC SES ROGNONS, LÉGUMES GRILLÉS

POUR 4 PERSONNES

1 selle d'agneau de lait de 2 kg (comprenant la partie postérieure du carré et les rognons)
Thym
Romarin
2 feuilles de sauge
6 oignons nouveaux
6 asperges vertes
12 jeunes poireaux
160 g de trompettes de la mort
2 échalotes ciselées
250 g de beurre
10 cl d'huile d'arachide
160 g de petites girolles
30 g d'oignon émincé
30 g de carotte émincée
1 côte de céleri émincée
1 bouquet garni
7 gousses d'ail
1 c. à s. de persil plat haché
5 cl d'huile d'olive
Du cerfeuil haché
40 g de mie de pain
Sel
Poivre du moulin
Fleur de sel de Guérande
Poivre blanc mignonnette

Dénudez le haut des côtelettes en supprimant la membrane et la graisse qui les recouvrent. Retirez la graisse qui se trouve sous les panoufles et sur les rognons. Décollez la membrane de la selle d'agneau.

**1. Enlevez la membrane et la graisse qui recouvrent le haut des côtes pour dénuder les os.**



**2. Retirez la graisse dissimulée sous les panoufles (parties latérales à l'arrière de la selle).**

**3. Détachez le parchemin qui enveloppe la selle.**

Saupoudrez les rognons de fleur de sel de Guérande et de poivre du moulin. Piquez entre les rognons 1 branche de thym, 1 branche de romarin et la sauge. Ramenez les panoufles sur les rognons de manière à les recouvrir et ficelez-les. Salez et poivrez le tout puis parsemez la face interne de la selle de thym effeuillé. Embrochez la selle et placez-la sur le tournebroche du four.

Préparation des légumes
Pelez les oignons nouveaux et blanchissez-les à l'eau bouillante salée. Passez-les sous un filet d'eau froide puis égouttez-les. Pelez les asperges vertes, supprimez les racines des poireaux puis faites-les blanchir comme les oignons nouveaux. Nettoyez les trompettes de la mort. Mettez-les dans une sauteuse, salez légèrement et faites-les cuire quelques minutes à couvert, à feu moyen, pour leur faire rendre leur eau. Égouttez-les en pressant doucement.

**4. Insérez un oouquet de thym, de romarin et de sauge entre les deux rognons, recouvrez ceux-ci avec les panoufles.**

**5. Maintenez la partie ainsi roulée avec de la ficelle.**

**6. Faites cuire les trompettes de la mort à couvert, à feu moyen, pour leur faire rendre leur eau.**

**Mettez** dans **une sauteuse les échalotes ciselées et une bonne noix de beurre, ajoutez une pincée de sel et faites fondre les échalotes 4 min à feu doux, sans les laisser blondir.**

**Confection d'un jus d'agneau**

Faites chauffer dans une sauteuse un peu d'huile d'arachide et faites-y revenir à feu vifles os concassés et les parures de viande. Lorsqu'ils sont bien dorés, retirez-les et égouttez-les, puis jetez le gras contenu dans la sauteuse. Remettez les os et les parures, ajoutez un morceau de beurre, l'oignon, la carotte et le céleri émincés, le bouquet garni, 1 pincée de poivre mignonnette

**et 4 gousses d'ail débarrassées de leur germe et écrasées. Faites colorer le tout pendant 4 min. Versez de l'eau froide à hauteur, grattez doucement le fond de la casserole pour dissoudre les sucs et salez légèrement. Laissez mijoter à feu moyen jusqu'à ce que le jus d'agneau prenne une belle couleur puis passez au chinois. Remettez sur le feu, écumez et vérifiez l'assaisonnement. Réservez au chaud.**

7. Faites revenir les os et les parures d'agneau, égouttez, ajoutez les légumes aromatiques et le bouquet garni.

8. Faites sauter 4 min jusqu'à bonne coloration.

**Préparation du beurre d'ail**

Mélangez 50 g de beurre ramolli avec 1 gousse d'ail finement hachée, 1 c. à s. de persil haché, du sel et du poivre.

**Cuisson de la viande**

Mettez en marche le tournebroche et faites rôtir la selle d'agneau préparée. A mi-cuisson, badigeonnez la viande d'huile d'arachide à l'aide d'un brin de thym. Laissez cuire de 25 à 30 min jusqu'à ce que la viande soit bien dorée et croustillante. Laissez reposer la selle 10 min, puis parsemez-la de fleur de sel de Guérande et de poivre du moulin.

**Cuisson des légumes au gril**

Coupez en deux dans le sens de la longueur les oignons nouveaux blanchis. Tranchez les asperges en tronçons de 6 cm de long, en biseau, puis fendez-les en deux dans le sens de la longueur. Coupez les poireaux de la même façon. Arrosez les légumes d'huile d'olive et faites-les griller sur un gril bien chaud. Salez et poivrez.

**9. Ajoutez de l'eau à hauteur, grattez le fond du récipient pour dissoudre les sucs, laissez mijoter.**

**10. Faites rôtir la selle d'agneau parée. À mi-cuisson, badigeonnez la viande d'huile d'arachide à l'aide d'un brin de thym.**

**11. Arrosez d'huile d'olive l'assortiment de légumes, faites-les griller.**

## Fleur de sel de Guérande

Le sel naturel récolté dans les marais salants de Guéranae, en Bretagne, est réputé pour sa qualité et sa saveur délicate. Les plus gros de ces cristaux portent le nom de fleur de sel et sont très appréciés. Caractérisée par une faible amertume et une salinité légère, la fleur de sel croque sous la dent avant de fondre dans la bouche. Cette texture apporte une belle touche finale aux plats.

**12. Faites sauter les girolles dans un peu d'huile d'arachide. Dans la même poêle, faites cuire les trompettes de la mort avec 30 g de beurre.**

**13. Ajoutez les échalotes fondues et le beurre d'ail. Salez, poivrez et parsemez de cerfeuil haché.**

**14. Retirez la ficelle de la selle d'agneau et déposez celle-ci sur un plat. Disposez autour les différents légumes.**

Finition et présentation

Faites chauffer 150 g de beurre dans une poêle jusqu'à ce qu'il prenne une couleur noisette, ajoutez 2 gousses d'ail pelées et dégermées, la mie de pain, 1 c. à s. d'aiguilles de romarin et 1 c. à s. de thym. Laissez dorer quelques minutes en remuant, puis salez et poivrez. Otez l'ail et versez le mélange sur la selle d'agneau.

Arrosez le plat de quelques cuillerées de jus d'agneau et présentez le reste en saucière.

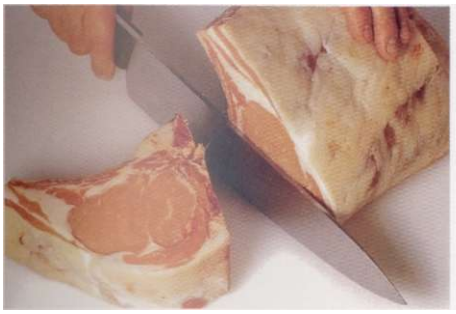
# Côte de veau poêlée

## AUX CHAMPIGNONS ET ASPERGES

### POUR 4 PERSONNES

2 côtes de veau de 900 g
1 ris de veau dégorgé
12 asperges vertes
12 petits oignons nouveaux
250 g de beurre
300 g de girolles ou de cèpes (selon la saison)
150 g de trompettes de la mort ou de pleurotes (selon la saison)
5 cl d'huile d'arachide
2 échalotes hachées
1 c. à s. de thym
1 gousse d'ail
1 c. à s. de persil plat haché
½ carotte coupée en rondelles
½ oignon coupé en rondelles
1 bouquet garni
Sel fin et gros sel marin
Poivre du moulin
Sucre
Fleur de sel de Guérande

**Préparation de la viande**
**Séparez les côtes de veau en sectionnant entre les os et supprimez le gras. Dénudez le haut des côtes sur 4-5 cm en retirant la viande et le gras qui les recouvrent, pour leur donner une forme plus esthétique.**



**1. Séparez les côtes de veau en sectionnant entre les os.**

**2. Supprimez la partie inesthétique de gras et de chair autour de l'os.**

**3. Une côte de veau habillée et ses parures de viande.**

**Plongez le ris de veau dans une casserole d'eau froide et portez doucement à ébullition. Laissez frémir 4 min à feu doux, puis plongez le ris dans de l'eau glacée. Égouttez-le et mettez-le sous presse.**

**Préparation des légumes**
**Épluchez les asperges, tranchez-les à 8 cm de la pointe et faites-les cuire à l'eau bouillante salée. Passez-les sous l'eau froide et égouttez-les.**
**Pelez les oignons nouveaux en conservant 2 cm de tige. Mettez-les dans une sauteuse avec 30 g de beurre, 1 pincée de sucre et 1 pincée de sel et faites-les cuire à couvert.**

**4. Mettez** le ris de veau dans une casserole d'eau **froide et** portez à ébullition.

5. Plongez le ris de veau blanchi dans de l'eau glacée.

**6. Ajoutez 30 g de beurre, 1 pincée de sucre et 1 pincée de sel aux petits oignons nouveaux, faites cuire à couvert.**

Faites glacer les petits oignons en secouant la sauteuse jusqu'à ce qu'ils soient colorés de façon homogène.

Nettoyez les girolles ou les cèpes puis faites-les sauter dans de l'huile d'arachide. Égouttez-les.

**7. Faites glacer les petits oignons en secouant la sauteuse jusqu'à ce qu'ils soient dorés.**

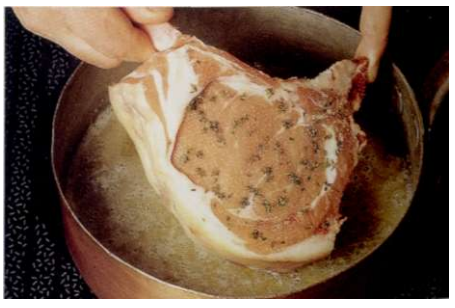
**8. Faites sauter les girolles dans de l'huile d'arachide.**

Nettoyez les trompettes de la mort, mettez-les dans une sauteuse avec 1 pincée de sel et laissez-les rendre leur eau. Pressez-les doucement pour enlever l'excédent d'eau. Faites suer les échalotes avec 30 g de beurre et 1 pincée de sel.

Cuisson des côtes de veau
Faites chauffer dans une sauteuse 1 c. à s. d'huile d'arachide et 50 g de beurre à feu moyen. Assaisonnez les côtes de veau de sel, de poivre et de thym et déposez-les dans la sauteuse lorsque la matière grasse commence à frémir.

**9. Faites suer les trompettes de la mort avec 1 pincée de sel pour qu'elles rendent leur excédent d'eau.**

**10. Parsemez les côtes de veau de sel, de poivre et de thym.**



**11. Mettez la viande dans la sauteuse** dès que le **mélange beurre-huile se met à** frémir.

**Laissez l**'ail en chemise et coupez-le en deux horizontalement, puis mettez-le dans la sauteuse **avec les** côtes de veau. Ajoutez les parures de **viande** et faites cuire doucement en arrosant régulièrement les côtes avec le gras de cuisson. Retournez les côtes, ajoutez la carotte et l'oignon en rondelles et laissez dorer. Vérifiez le degré de cuisson de la viande à l'aide d'une pique. Lorsque les côtes de veau sont cuites, retirez-les et laissez-les reposer 10 min sur une assiette retournée. Parsemez-les de fleur de sel et de poivre puis réservez au chaud.

**12. Ajoutez l'ail et les parures de veau.**

**13. Retournez les côtes de veau.**

**14. Ajoutez aux parures de viande la carotte et l'oignon en rondelles, laissez-les dorer.**

Préparation d'un jus de veau
Après avoir retiré les côtes de veau de la sauteuse, faites bien brunir les parures de viande, puis déglacez avec 30 cl d'eau. Ajoutez le bouquet garni et laissez mijoter à feu doux jusqu'à ce que le jus réduise de moitié. Vérifiez l'assaisonnement.

**15. Déposez les côtes de veau cuites sur une assiette retournée et parsemez-les de fleur de sel** et **de poivre.**

**16. Après avoir retiré la viande, versez 30 cl d'eau dans la sauteuse.**

**17. Ajoutez le bouquet garni, faites réduire le liquide de moitié.**

Lorsque **le jus d'agneau est prêt, filtrez-le et gardez-le au chaud.**
**Coupez le ris de veau en dés de 1 cm. Mettez dans une poêle chaude 1 c. à s. d'huile et une noix de beurre. Dès que le mélange frémit, salez et poivrez le ris de veau, jetez-le dans la poêle et faites-le sauter jusqu'à ce qu'il soit complètement doré. Egouttez-le puis salez et poivrez à nouveau.**

**18. Passez au chinois le jus lorsqu'il a réduit de moitié.**

**19. Coupez le ris de veau en dés de 1 cm.**

**20. Faites rissoler le ris de veau dans un mélange chaud de beurre et d'huile.**

Réchauffez les côtes de veau dans un plat de service.

Faites revenir les champignons déjà préparés, à l'exception des pleurotes, dans du beurre, ajoutez les échalotes et le persil plat haché. Mélangez et assaisonnez.

Tranchez en biseau l'extrémité des asperges blanchies.

**21. Faites sauter les champignons dans du beurre, ajoutez les échalotes fondues.**

**22. Ajoutez le persil plat.**

**23. Coupez en biseau l'extrémité des** asperges **blanchies.**

Finition et **présentation**
Réchauffez les asperges dans du beurre, ajoutez-les aux oignons glacés, et arrosez de quelques cuillerées de jus de veau. Disposez cette garniture autour de la côte de veau.
Faites revenir rapidement les pleurotes dans une noix de beurre, assaisonnez-les et présentez-les avec les autres champignons.

**Répartissez les dés de ris de veau sur la viande, donnez un tour de moulin à poivre sur l'ensemble et parsemez de rieur de sel. Présentez le reste de la sauce en saucière.**

**24. Réchauffez les asperges dans au beurre.**

**25. Ajoutez aux oignons glacés les asperges et un peu de jus de veau.**

**26. Disposez les ris sur les côtes de veau.**

# Lard en pot-au-feu

## « À L'EMBEURRÉE TRUFFÉE »

### Pour 4 personnes

1 morceau de lard salé de 1,6 à 1,8 kg, bien épais, avec os et couenne
2 oignons piqués de 2 clous de girofle
2 carottes pelées
1 gros bouquet garni (poireau, céleri, sauge, thym, laurier et persil)
1 pincée de poivre en grains
15 g de gingembre
1/3 de chou frisé
3 grosses pommes de terre non pelées
250 g de beurre
40 g de truffe hachée
100 g de mesclun
5 cl de vinaigre de vin aromatisé à la truffe
Sel fin
Gros sel
Poivre du moulin
Fleur de sel de Guérande

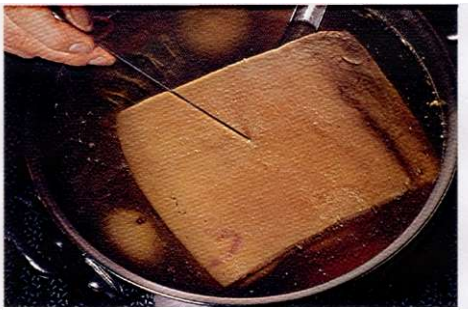
Pour la sauce
200 g d'os de porc
2 c. à s. d'huile d'arachide
30 g de beurre
½ carotte
½ oignon
2 gousses d'ail pelées et dégermées
10 g de gingembre
2 feuilles de sauge
1 petit bouquet garni
1 pincée de poivre noir mignonnette
Sel

**Préparation** et cuisson **du lard**
Flambez la couenne du lard à l'aide d'une flamme vive. Raclez la partie carbonisée à l'aide **d'un** couteau, puis essuyez-la soigneusement. Mettez le lard dans une marmite, versez de l'eau à hauteur puis portez à ébullition. Ajoutez les oignons, les carottes, le bouquet garni, les grains de poivre et le gingembre. Salez modérément en tenant compte de la teneur en sel du lard et couvrez d'un torchon propre. Laissez mijoter 4 h à feu doux. Le lard est cuit lorsque vous pouvez le transpercer facilement à l'aide d'une brochette.

**Embeurrée**

Il s'agit d'un produit cuit dans une grande quantité de beurre.

1. Les ingrédients du pot-au-feu destinés à la cuisson du lard.



2. Laissez mijoter le lard 4 h à feu doux, vérifiez la cuisson à l'aide d'une brochette.

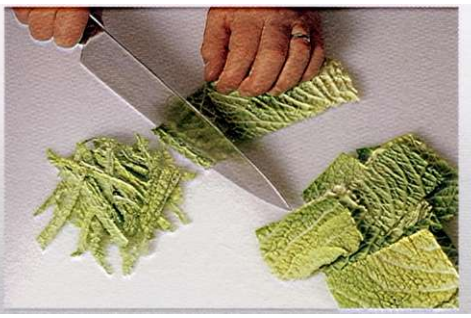
3. Faites revenir à feu doux les os de porc concassés.

Préparation d'un jus de porc
Concassez les os. Faites chauffer 2 c. à s. d'huile dans une sauteuse. Ajoutez les os et faites-les revenir à feu doux. Coupez la carotte, l'oignon et l'ail en mirepoix. Faites fondre 30 g de beurre dans une casserole et faites suer la mirepoix pendant 4-5 min, en évitant de la laisser colorer.

Égouttez soigneusement les os. remettez-les dans la sauteuse, ajoutez la mirepoix et la sauge. Versez du bouillon de cuisson du lard à hauteur, ajoutez le bouquet garni et le poivre noir. Grattez le fond de la sauteuse pour dissoudre les sucs. Vérifiez l'assaisonnement, puis laissez mijoter 20 min à feu doux. Filtrez le jus, remettez-le dans la sauteuse et laissez-le réduire jusqu'à ce qu'il prenne consistance. Rectifiez l'assaisonnement.

Préparation des légumes
Retirez les côtes dures du chou et coupez les feuilles en lamelles de 5 cm de long sur 5 mm de large. Plongez-les 1-2 min dans de l'eau bouillante salée. Rafraîchissez-les dans de l'eau glacée puis égouttez-les.
Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Couvrez une plaque de cuisson de gros sel. déposez-y les pommes de terre et faites-les cuire au four 1 h. Enduisez l'intérieur d'une sauteuse avec 80 g de beurre.

**Versez sur les os sautés la mirepoix et la sauge, puis du bouillon de cuisson du lard.**



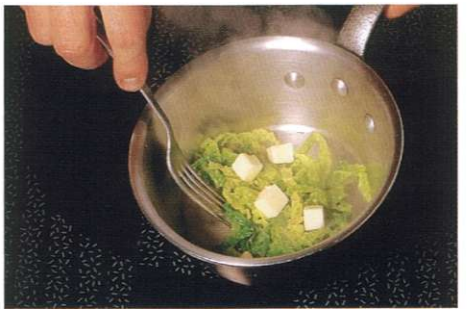
**5. Coupez le chou frisé en fines lamelles de 5 cm de long sur 5 mm de large.**

**6. Fendez en deux les pommes de terre cuites au four, retirez la chair et mettez-la dans une sauteuse généreusement enduite de beurre.**

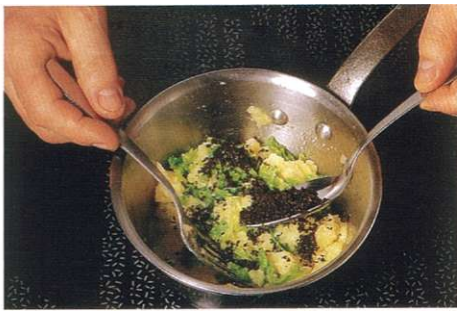
Coupez les pommes de terre en deux, prélevez-en la chair et ajoutez-la dans la sauteuse. Faites chauffer, en les mélangeant, le beurre et les pommes de terre, sans chercher à obtenir une consistance trop homogène. Assaisonnez. Mettez 80 g de beurre dans une autre sauteuse, ajoutez le chou et faites chauffer en mélangeant soigneusement. Salez et poivrez.

Ajoutez le chou aux pommes de terre, faites chauffer en mélangeant à l'aide d'une fourchette, puis incorporez la truffe hachée. Rectifiez l'assaisonnement, et terminez la cuisson en ajoutant un dernier morceau de beurre.

**7. Mélangez soigneusement le beurre et les pommes de terre, en les écrasant grossièrement.**



**8. Mélangez bien le chou avec le beurre.**



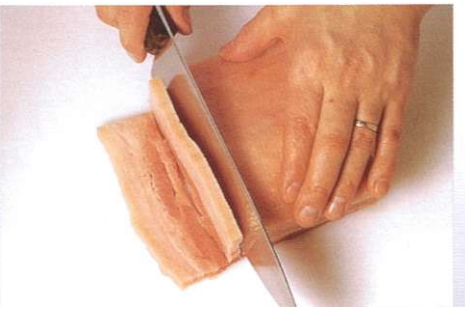
**9. Incorporez la truffe hachée au mélange de chou et de pomme de terre.**

Finition et dressage
Désossez le lard et retirez la couenne. Recoupez les deux extrémités pour qu'elles soient régulières et découpez le lard en tranches de 8 mm d'épaisseur.

Déposez 3 tranches de lard sur chaque assiette. Servez avec du mesclun assaisonné de vinaigre de vin aromatisé à la truffe et avec l'embeurrée de chou aux pommes de terre.

Arrosez le lard de quelques cuillerées de jus de porc, parsemez de fleur de sel et donnez un tour de moulin à poivre.

**10. Retirez la couenne du lard.**



**11. Découpez le lard en tranches de 8 mm.**

**12. Déposez 3 tranches de lard sur chaque assiette, arrosez de jus de porc, et servez avec l'embeurrée de chou aux pommes de terre et le mesclun assaisonné.**

# Mignonnettes de chevreuil

## POÊLÉES À L'AIGRE-DOUX

POUR 4 PERSONNES

600 g de filet de chevreuil
1 jaune d'œuf
12 g de truffe hachée
25 g de persil plat haché
2 poires
60 g de beurre
½ c. à s. d'huile d'arachide
2 c. à s. d'airelles
Cerfeuil
Thym
Sel

Pour les ravioles
50 g de viande de chevreuil hachée
80 g de semoule fine
30 g d'œuf battu
1 échalote finement hachée
10 g de truffe hachée
50 g de têtes de champignons de Paris
10 g de persil plat haché
5 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
60 g de beurre
½ c. à c. de thym
Sel
Poivre du moulin

Pour la sauce poivrade
500 g d'os de chevreuil concassés
1 gros oignon
1 carotte
½ côte de céleri
2 grosses échalotes
6 gousses d'ail
1 bouteille de vin rouge
10 cl de vinaigre de vin
+ 5 cl d'huile
1 bouquet garni
10 baies de genièvre
½ c. à c. de concentré de tomate
5 cl de fond de volaille (voir p. 448)
1 c. à s. de sucre
1 pincée de poivre mignonnette
1 cl de sang de porc (facultatif)
2 pincées de sel

Pour le cordon
10 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
10 cl de crème fraîche
50 g de beurre
Poivre du moulin

**Préparation de la sauce poivrade**
Coupez l'oignon, la carotte, le céleri et les échalotes en mirepoix de 5 mm. Pelez l'ail. Portez le vin rouge à ébullition et flambez-le. Ajoutez 10 cl de vinaigre de vin.
Faites chauffer l'huile dans une sauteuse et faites-y revenir les os de chevreuil à feu doux. Retirez-les et égouttez-les. Dans la même sauteuse, mettez la mirepoix de légumes et l'ail puis faites-les colorer. Retirez les légumes et ajoutez-les aux os, ainsi que le bouquet garni. Jetez le gras qui reste dans la sauteuse, versez-y le vin rouge flambé et déglacez. Versez ce jus sur les os de chevreuil et la mirepoix. Ajoutez les baies de genièvre, le concentré de tomate et le sel. Laissez mariner au frais de 24 à 48 h.

**1. Le filet de chevreuil et les ingrédients pour la base de la sauce.**

**2. Versez sur les os de chevreuil sautés la mirepoix et le vin rouge flambé.**

Préparation des mignonnettes
Mélangez 25 g de persil plat avec 12 g de truffe hachée. Ajoutez un peu d'eau et de sel au jaune d'oeuf et fouettez.
Tranchez le filet de chevreuil en 12 mignonnettes (petites tranches rondes). Aplatissez-les légèrement et enduisez-les de jaune d'oeuf battu à l'aide d'un pinceau. Passez les deux faces dans le mélange de persil et de truffe. Réservez au frais.

Préparation de la pâte à ravioles
Ajoutez à la semoule l'œuf battu (ne salez pas) et travaillez le mélange. Pétrissez lentement de manière à obtenir une pâte homogène. Recouvrez de film alimentaire et laissez reposer au réfrigérateur.

**3. Dorez au jaune d'oeuf la viande de chevreuil coupée en mignonnettes.**

**4. Passez la viande de chevreuil dans le mélange de persil et de truffe.**

Préparation de la farce

Faites suer les échalotes dans 30 g de beurre additionné de 1 pincée de sel. Taillez les champignons en brunoise. Ajoutez celle-ci aux échalotes et faites revenir 1 min. Incorporez la viande de chevreuil, la truffe hachée, le persil haché et mélangez. Rectifiez l'assaisonnement.Façonnez la farce en boulettes de 1,5 cm de diamètre.

Étalez la pâte à ravioles en une bande très fine. Déposez dessus les boulettes de farce à 5 cm d'intervalle et à 2 cm d'un bord. Rabattez la pâte de façon à recouvrir la farce et découpez les ravioles à l'aide d'un emporte-pièce de 3 cm de diamètre. Pincez le tour de chaque raviole avec les doigts pour souder les deux couches de pâte. Déposez les ravioles sur du film alimentaire.

5. Incorporez la truffe à la farce des ravioles.

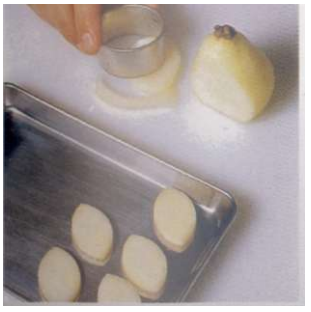
6. Déposez la farce à intervalles de 5 cm sur la pâte à ravioles abaissée en une bande très fine, à 2 cm d'un bord, puis repliez la pâte sur la farce.

7. Découpez les ravioles à l'aide d'un emporte-pièce de 3 cm de diamètre.

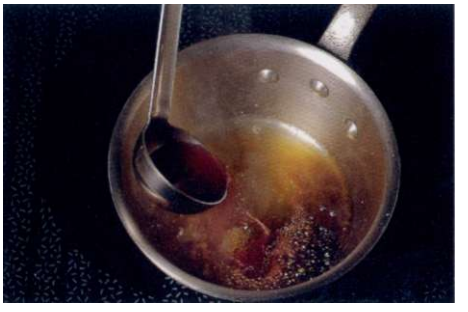
Pelez les poires puis coupez-les en tranches de 1 cm d'épaisseur. Découpez ces tranches en 12 morceaux en leur donnant la forme d'une feuille d'arbre, à l'aide d'un emporte-pièce rond.

Finition de la sauce poivrade

Sortez la marinade du réfrigérateur et transvasez-la dans une sauteuse. Ajoutez le fond de volaille et faites mijoter à feu doux pendant 3 h. Ajoutez de l'eau si cela est nécessaire. Passez au chinois dans une autre sauteuse et faites réduire jusqu'à 25 cl en écumant. Préparez une gastrique : faites caraméliser 1 c. à s. de sucre, déglacez avec 1 c. à s. de vinaigre et mélangez.



8. Taillez en forme de feuilles d'arbre les poires coupées en tranches de 1 cm.



9. Déglacez le caramel avec du vinaigre.

Ajoutez à la gastrique la sauce obtenue après réduction de la marinade, écumez et assaisonnez d'une pincée de poivre mignonnette.
Versez le sang de porc dans une sauteuse, diluez-le avec la sauce en remuant, et faites épaissir légèrement à feu doux. Passez au chinois.

Cuisson des mignonnettes
Versez l'huile d'arachide dans une poêle à revêtement antiadhésif, ajoutez 30 g de beurre et faites chauffer. Lorsque le mélange a pris une couleur noisette, poêlez dedans les mignonnettes de chevreuil 1 min 45 de chaque côté.

Préparation de la sauce pour le cordon
Coupez le beurre en petits cubes. Dans une petite casserole mettez 10 cl de bouillon de volaille. Portez à ebullition et faites réduire de moitié. Ajoutez la crème et portez à ébullition. Faites réduire jusqu'à atteindre une consistance "nappante". Ajoutez le beurre en fouettant vivement. Dès que le beurre est incorporé, éteignez le feu. Poivrez.

10. Diluez la gastrique de la photo 9 avec la sauce réduite.

11. Passez au chinois la sauce poivrade liée au sang.

12. Faites dorer les mignonnettes de chevreuil dans du beurre noisette.

Dans une autre poêle, faites chauffer 30 g de beurre jusqu'à ce qu'il devienne noisette, et faites-y dorer les tranches de poire 3 min de chaque côté. Vérifiez la cuisson à l'aide d'une aiguille à brider.

Finition des ravioles
Amenez 5 cl de bouillon de volaille à ébullition, ajoutez 30 g de beurre coupé en dés et c. à c. de thym puis émulsionnez à l'aide d'un fouet. Pendant ce temps, faites cuire les ravioles 30 s dans de l'eau bouillante salée. Égouttez-les rapidement et ajoutez-les au beurre de thym. Retournez les ravioles délicatement pour les enrober de beurre de tous côtés.

**13. Faites dorer les poires dans du beurre noisette.**

**14. Incorporez du beurre au bouillon de volaille, parfumez avec du thym, fouettez.**

**15. Enrobez soigneusement de beurre de thym les ravioles cuites à l'eau.**

Dressage
Nappez les assiettes de sauce poivrade et déposez sur chacune 3 mignonnettes de chevreuil.

Entourez la sauce d'un cordon blanc, disposez les ravioles au milieu et les poires garnies de quelques airelles entre les mignonnettes. Parsemez les ravioles de cerfeuil et de thym ou, à défaut, de ciboulette.

**16. Nappez les assiettes de sauce et déposez la viande de chevreuil.**

**17. Disposez les ravioles au centre de l'assiette.**

**18. Intercalez les morceaux de poire entre les mignonnettes, surmontez-les de quelques airelles.**

# Ris de veau truffé

## AUX ASPERGES

POUR 4 PERSONNES

4 petits ris de veau bien ronds
32 asperges vertes
40 g de truffe hachée
2 jaunes d'œufs pour la dorure
5 cl de jus de truffe
10 cl de fond de veau (voir p. 450)
80 g de beurre
8 feuilles de cerfeuil
Sel
Poivre du moulin
Gros sel

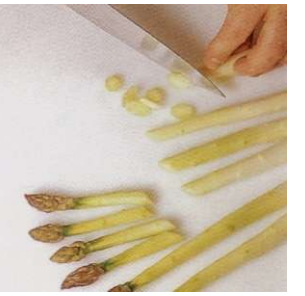
Pour la crème d'asperge
50 cl de fond de volaille (voir p. 448)
1 pincée de sucre
8 g de Maïzena®
1 jaune d'œuf
11 cl de crème fraîche
30 g de beurre

Préparation des ris de veau
La veille, mettez les ris de veau à dégorger pendant 24 h dans de l'eau salée.
Le jour même, rincez-les, mettez-les dans une casserole d'eau froide et portez à ébullition. Réduisez le feu et laissez frémir doucement pendant 4 min. Refroidissez-les dans de l'eau glacée et égouttez-les. Enveloppez-les dans un torchon propre et pressez légèrement pour éponger l'eau.

Épluchez les asperges, coupez les pointes en biseau à 5 cm. Émincez le reste des tiges en rondelles.

1. Plongez **rapidement dans de l'eau glacée les ris** de veau **pochés et égouttez-les.**

**2. Pelez les asperges.**



**3. Taillez les asperges en biseau à 5 cm de la pointe, coupez le reste en rondelles.**

Préparation de la crème d'asperge
Faites bouillir le fond de volaille, ajoutez 1 pincée de sucre et les asperges coupées en rondelles. Couvrez et laissez cuire 20 min. Filtrez le tout puis faites réduire pour obtenir 25 cl de liquide. Délayez la Maïzena® dans 2 c. à s. d'eau et incorporez-la au liquide réduit. Laissez cuire quelques secondes en remuant. Filtrez.

**4. Faites cuire les rondelles d'asperge 20 min à couvert dans le fond de volaille additionné de 1 pincée de sucre.**

**5. Liez le jus de cuisson des asperges avec la Maïzena® délayée dans un peu d'eau.**

Mélangez 1 jaune d'ceufavec 5 cl de crème fraîche. Ajoutez le jus de cuisson des asperges tout en battant à l'aide d'un fouet.
Faites cuire en remuant jusqu'à ce que la texture se rapproche de celle d'une crème anglaise. Vérifiez l'assaisonnement et passez au chinois. Maintenez au chaud au bain-marie.

Cuisson des ris de veau et finition
Mélangez le jus de truffe et le fond de veau puis faites réduire. Passez au chinois et amenez à la consistance d'une glace de viande.
Faites cuire les pointes d'asperge à l'eau bouillante salée au gros sel, rafraîchissez-les sous un filet d'eau froide puis égouttez-les.
Préparez les ris de veau : après avoir ôté les peaux, donnez une forme régulière aux noix.

Dorez-les à l'aide d'un pinceau avec les 2 jaunes d'oeufs battus, puis parsemez-les uniformément de truffe hachée. Réservez au réfrigérateur.
Faites fondre 2 noix de beurre dans une poêle et déposez-y délicatement les ris de veau salés et poivrés. Faites-les revenir 3 min sur chaque face. Egouttez-les soigneusement.

**6. Incorporez au mélange de jaune d'ceuf et de crème le jus de cuisson des asperges en battant à l'aide d'un fouet.**

7. Badigeonnez les ris de veau de jaune d'œuf battu.

8. Recouvrez les ris de veau de truffe hachée.

Parallèlement, terminez la crème d'asperge : réchauffez-la, incorporez 6 cl de crème fraîche et 30 g de beurre puis émulsionnez. Vérifiez l'assaisonnement.
Réchauffez rapidement les pointes d'asperge dans de l'eau bouillante additionnée de gros sel, égouttez-les et arrosez-les avec le reste de beurre fondu. Salez et poivrez.

**9. Après avoir réchauffé les asperges dans de l'eau bouillante, arrosez-les de beurre fondu.**

Dessage
Nappez 4 assiettes d'un ruban de glace de viande parfumée à la truffe de manière à dessiner un cercle. Emplissez-le de crème d'asperge.

Disposez les ris de veau, les asperges de chaque côté, puis décorez de feuilles de cerfeuil.

**10. Versez un filet de glace de viande en forme de cercle, garnissez le centre de crème d'asperge.**

**11. Déposez les ris de veau sur la crème d'asperge.**

**12. Disposez des pointes d'asperge de chaque côté, décorez de cerfeuil.**

# Canette rôtie aux fines épices

## ET NAVETS AU FOIE GRAS

**POUR 4 PERSONNES**

2 canettes vidées de 1,1 kg environ chacune
60 g d'épices mélangées (voir ci-contre)
10 cl d'huile d'arachide
40 cl de jus de canard (voir p. 450)
800 g de pâte feuilletée (voir p. 453)
2 jaunes d'œufs

Pour le mélange d'épices
250 g de sel fin
30 g de noix de muscade en poudre
30 g de gingembre en poudre
30 g de coriandre en poudre
5 g de cannelle en poudre
5 g de quatre-épices en poudre
5 g de poivre du moulin

Pour la garniture
750 g de navets
200 g de foie gras de canard cru
10 g de sucre
90 g de beurre
40 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
15 cl de jus de volaille (voir p. 450)
Sel

Préparation du mélange d'épices
Mélangez soigneusement le sel et les 6 autres épices et passez le tout au chinois très fin

Préparation des canettes
Réchauffez le jus de canard.
Préchauffez le four à 280 °C (th. 10).
Assaisonnez l'intérieur des canettes de sel et de 20 g d'épices mélangées, puis bridez-les. Faites chauffer l'huile d'arachide dans une grande sauteuse, déposez les canettes dedans et faites-les dorer à feu vifde tous les côtés. Mettez-les au four et faites-les rôtir 3 min sur chaque cuisse. Sortez-les du four et ôtez les ficelles.

1. Mélangez le sel et les épices, passez le tout au chinois très fin.

2. Parsemez l'intérieur des canettes de 20 g d'épices mélangées, bridez-les.

**3. Saisissez les canettes sur toutes leurs faces dans de l'huile d'arachide.**

Préparez 2 cocottes ovales et versez dans chacune d'elles 20 cl de jus de canard réchauffé. Assaisonnez les canettes rôties de sel et de 40 g d'épices. Frottez soigneusement la poitrine des canettes à l'aide de ce mélange. Mettez une canette dans chaque cocotte et couvrez.

Étalez la pâte feuilletée sur une épaisseur de 5 mm et coupez-la en deux bandes de 8 cm de large, d'une longueur égale au tour des cocottes. Délayez les jaunes d'œufs avec une goutte d'eau et battez-les. Badigeonnez une face de la pâte feuilletée de dorure, puis fixez les bandes de pâte, partie dorée dessous, tout autour des cocottes de manière à les fermer hermétiquement. Dorez la face supérieure de la pâte et façonnez-en les contours.

**4. Faites rôt[r] le côté de chaque cuisse 3 min au 'our à 280 °C (th. 9-10), retirez les ficelles, salez. Frottez bien avec 40 g d'épices mélangées.**

**5. Mettez une canette dans chaque cocotte et couvrez.**

**6. Fermez soigneusement à l'aide d'une bande de pâte de 8 cm de large sur 5 mm d'épaisseur. Faites bien adhérer les bords de la pâte de façon à sceller la cocotte hermétiquement.**

**Préparation de la garniture**
Pelez les navets et taillez-les en tranches de 5 mm d'épaisseur. A l'aide d'un emporte-pièce, formez 24 rondelles de 4.5 cm de diamètre. Mettez-les dans un saladier et assaisonnez-les avec du sel et du sucre.

Dans une grande casserole pouvant contenir tous les navets sur une seule couche, faites fondre le beurre. Dès qu'il mousse, alignez les navets dans le fond de la casserole et faites-les dorer sur les deux faces.

Mouillez avec un peu de bouillon de volaille et déglacez. Faites cuire à couvert en ajoutant du bouillon si cela est nécessaire. Surveillez attentivement la cuisson et la coloration.

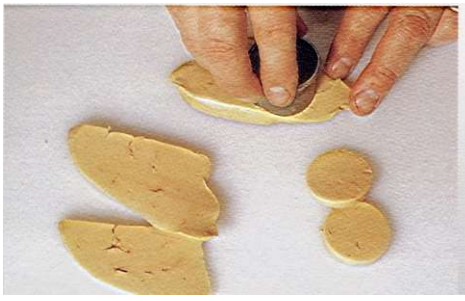
**7. Préparez 24 tranches de navets de 5 mm d'épaisseur, découpez-les en rondelles de 4,5 cm de diamètre à l'aide d'un emporte-pièce.**

**8. Lorsque le beurre mousse, ajoutez les navets en les alignant sans qu'ils se chevauchent.**

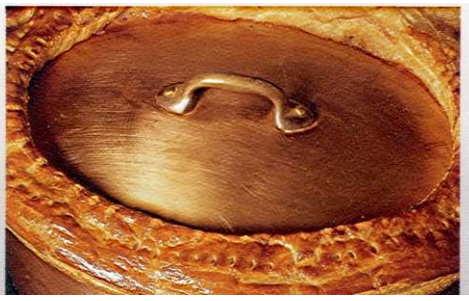
**9. Une fois les navets colorés, déglacez avec un peu de bouillon.**

Cuisson des canettes et finition
Coupez le foie gras en tranches de 4 mm d'épaisseur et taillez-v à l'emporte-pièce 12 rondelles de 4 cm de diamètre. Gardez au frais.

Mettez au four les canettes dans les deux cocottes scellées avec la pâte feuilletée et faites-les cuire à 220 °C (th. 8). Comptez 11 min pour une canette vidée de 1,1 kg et 12 min pour 1,2 kg. Sortez les cocottes et posez-les sur des assiettes retournées. Laissez reposer 12 min exactement.
Insérez chaque tranche de foie gras assaisonnée entre 2 rondelles de navet et arrosez de quelques cuillerées de jus de canette. Servez avec les canettes en cocotte.
Rapportez les cuisses des canette en cuisine, enduisez-les de moutarde et passez-les sous le gril pour la finition. Présentez sur une salade pastorale aux herbes (voir p. 333).



**10. Après avoir coupé le foie gras en tranches de 4 mm d'épaisseur, découpez à l'emporte-pièce 12 ronds de 4 cm de diamètre.**



**11. Enfournez les cocottes à 220 °C (th. 8). Laissez cuire 11 min pour une canette vidée de 1,1 kg et 12 min pour une canette de 1,2 kg. Laissez reposer 12 min avant de servir.**

**12. Intercalez chaque rond de foie gras entre deux tranches de navet et arrosez de jus de volaille chaud (garniture).**

# Pigeon rôti aux morilles

## ET AUX ASPERGES

POUR 4 PERSONNES

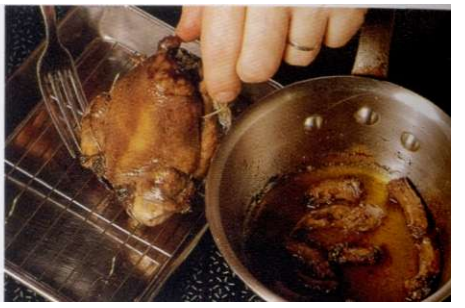
4 pigeons vidés et bridés
1 échalote finement ciselée
150 g de beurre
20 pointes d'asperge
100 g de foie gras cru
160 g de morilles
1 c. à s. de cerfeuil haché
20 cl de jus de pigeon
(voir p. 296)
Ciboulette hachée
Thym
Sel
Gros sel
Poivre du moulin
Poivre blanc mignonnette
Fleur de sel de Guérande

Faites suer l'échalote avec 20 g de beurre et 1 pincée de sel, puis transvasez dans un autre récipient.
Pelez les asperges et faites-les cuire dans de l'eau bouillante additionnée de gros sel. Rafraîchissez-les à l'eau froide. Égouttez-les et tranchez-les en biseau à 5 cm de la pointe.

Cuisson des pigeons
Préchauffez le four à 280 °C (th. 9). Salez et poivrez les pigeons. Faites fondre une noix de beurre dans une sauteuse et mettez-y les pigeons. Faites-les colorer sur toutes les faces. Mettez-les au four et faites-les rôtir 4 min de chaque côté en les arrosant de beurre. Ajoutez aussi les cous et les os des pigeons et faites-les dorer selon votre goût. Sortez-les du four et assaisonnez à nouveau. Laissez reposer les pigeons sur le dos.

1. Faites cuire les asperges à l'eau bouillante salée au gros sel. Plongez-les rapidement dans de l'eau froide et égouttez-les.

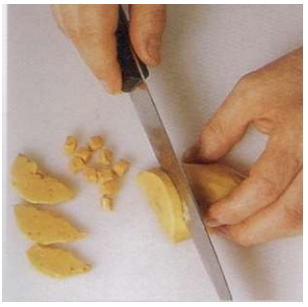
2. Assaisonnez les pigeons de sel et de poivre, puis faites-les dorer uniformément dans une noix de beurre.



3. Terminez la cuisson des pigeons au four en les arrosant de beurre puis laissez-les reposer sur le dos.

Préparation de la garniture
Taillez le foie gras en dés de 5 mm et réservez au frais.
Versez un peu d'eau dans la sauteuse dans laquelle ont doré les pigeons et déglacez.

Levez les filets et les cuisses des pigeons. Récupérez le jus, ajoutez-le à la sauce et passez le tout au chinois très fin. Vérifiez l'assaisonnement du jus de pigeon une fois terminé.



4. Coupez le foie gras en dés de 5 mm.

5. Déglacez le jus de cuisson des pigeons avec un peu d'eau et passez-le au chinois.

6. Faites suer les morilles quelques minutes dans du beurre noisette, salez-les et poivrez-les.

Nettoyez les morilles. Faites chauffer 40 g de beurre jusqu'à ce qu'il prenne une coloration noisette et ajoutez les morilles. Salez, poivrez et faites-les suer quelques minutes, puis incorporez l'échalote fondue. Ajoutez 1 c. à s. de cerfeuil haché, mélangez et vérifiez l'assaisonnement.

**7. Ajoutez l'échalote fondue et mélangez avec le cerfeuil haché.**

**8. Découpez les filets de pigeon en tranches fines et disposez-les en forme de coeur, puis garnissez de morilles.**

**9. Enrobez les asperges cuites de beurre fondu.**

**Présentation**

Présentez les cuisses de pigeon sur le haut de l'assiette. Découpez chaque filet (suprême) en 5 tranches fines et agencez-les en forme de cœur au centre. Déposez les morilles sur ces tranches. Enrobez les asperges de beurre fondu et disposez-les sur les morilles. Salez et poivrez les dés de foie gras, faites-les sauter rapidement et égouttez-les. Répartissez-les autour des filets ou dessus.

Parsemez de poivre blanc mignonnette. de fleur de sel. de ciboulette et de thym. Arrosez modérément de jus de pigeon.

**10. Assaisonnez le foie gras de sel et de poivre et faites-le sauter Égouttez-le et présentez-le autour des filets ou oarsemez-en la viande.**

**11. Arrosez la viande et le foie gras de jus de pigeon.**

# Suprême de pigeon

## AU CHOU ET FOIE GRAS

POUR 4 PERSONNES

2 pigeons de 450 à 500 g chacun
140-150 g de foie gras cru
4 feuilles tendres de chou frisé
4 tranches de poitrine de porc maigre de 2 mm d'épaisseur
Ciboulette
Poivre blanc mignonnette
Fleur de sel de Guérande

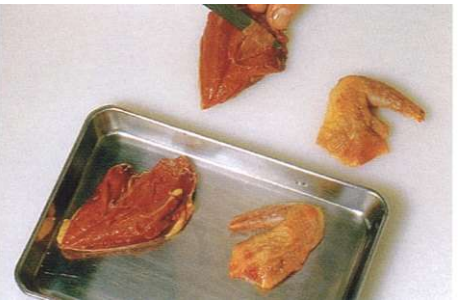
Pour le jus de pigeon
½ oignon en mirepoix
½ carotte en mirepoix
3 gousses d'ail fendues en deux
1 c. à s. d'huile d'arachide
1 noix de beurre
1 bouquet garni

Pour la salade
2 poignées de feuilles de Lolo rossa
2 poignées de feuilles blanches de chicorée frisée
2 poignées de feuilles de trévise
2 poignées de feuilles de mâche ou de cresson
25 cl de vinaigrette au jus de truffe (voir p. 455)

1 tranche de pain de 3 mm d'épaisseur
2 c. à s. de beurre clarifié (voir p. 455)
1 c. à s. de grains de maïs
½ c. à s. de noix concassées
1 c. à s. de champignons de Paris coupés en dés
10 g de truffe hachée

Préparation des ballottines de pigeon
Flambez et videz les pigeons. Dénervez les cuisses, puis levez-les, ainsi que les filets. Retirez les nerfs à l'intérieur des filets. Réservez les carcasses pour le jus de pigeon.

1. Levez les cuisses et les filets des pigeons après les avoir parés.

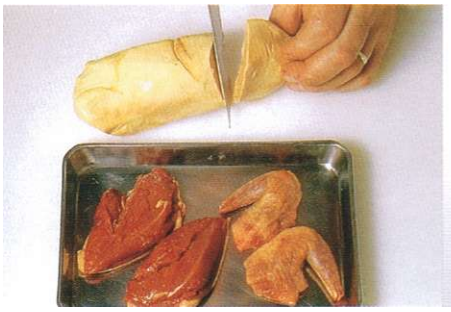


2. Dénervez les filets.

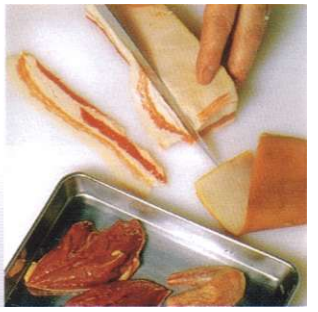
Déveinez le foie gras et coupez-le en morceaux de 35 g chacun, puis réservez au réfrigérateur. Otez la couenne et les cartilages de la poitrine de porc et taillez-la en tranches de 2 mm d'épaisseur.

## Foie gras

Assurez vous de la fraîcheur du foie qui doit avoir un aspect lisse, une odeur agréable peu prononcée. On reconnaît un beau foie gras cru en écartant les 2 lobes : s'il se brise, le foie est trop gras et fondra à la cuisson, s'il est trop élastique, il sera trop sec et peu parfumé. L'idéal est un foie qui s'étire jusqu'à se casser bien franchement. Sélectionnez un foie d'un beau blanc écru tirant sur l'ivoire. Rejetez les foies gris, ternes, ceux qui ont des traces vertes, dues au fiel, ou les marbrures rouges, provenant du sang



**3. Coupez le foie gras en portions de 35 g.**



**4. Retirez la couenne et les cartilages de la poitrine de porc, coupez-la en tranches de 2 mm d'épaisseur.**

Blanchissez les feuilles de chou entières dans de l'eau bouillante salée, plongez-les dans de l'eau glacée puis faites-les égoutter sur un torchon. Retirez la côte des feuilles et aplatissez-les.

**5. Blanchissez les feuilles de chou dans de l'eau bouillante salée.**

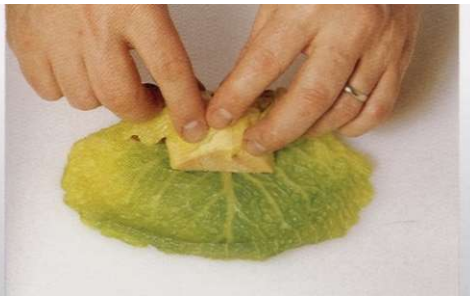
**6. Refroidissez-les dans de l'eau glacée, faites-les égoutter sur un torchon.**

**7. Retirez la côte dure et aplatissez les feuilles.**

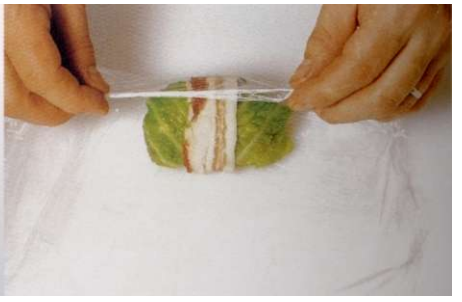
Salez et poivrez les filets de pigeon et le foie gras. Déposez chaque filet sur une feuille de chou, côté peau dessous, et placez une portion de foie gras au-dessus. Enveloppez le tout dans la feuille de chou, enroulez une tranche de poitrine de porc autour de la partie centrale et enveloppez de film alimentaire.

Préparation du jus de pigeon
Concassez les carcasses de pigeon. Faites-les revenir avec les légumes aromatiques dans un peu d'huile d'arachide et de beurre, couvrez d'eau et ajoutez le bouquet garni. Laissez réduire jusqu'à obtention de 8 cl d'un jus épais et savoureux.

**8. Déposez un filet de pigeon côté peau puis une tranche de foie gras sur chaque feuille de chou.**



**9. Roulez le tout dans la feuille de chou, entourez d'une tranche de poitrine de porc.**



**10. Enfin, enveloppez dans du film alimentaire.**

Cuisson des ballottines et cuisses de pigeon
Taillez le pain en dés de 3 mm.
Lavez et égouttez les salades.
Déposez les ballottines de pigeon et de foie gras dans le panier d'un cuit-vapeur, couvrez et faites cuire 10 min pour une cuisson rosée, 14 min pour une cuisson à point et 18 min pour une viande bien cuite.

Parallèlement, faites chauffer 1 noix de beurre dans une poêle et faites revenir les cuisses de pigeon 5 min de chaque côté, en arrosant régulièrement, à petit feu. Salez, poivrez et réservez au chaud.

11. Coupez la tranche de pain en dés de 3 mm.

12. Faites cuire les feuilles de chou farcies dans un cuit-vapeur.

13. Poêlez les cuisses de pigeon dans du beurre.

Assaisonnez les feuilles de salade avec une vinaigrette aromatisée au jus de truffe.

Préparation de la garniture et dressage
Faites rissoler le pain dans le beurre clarifié bien chaud. Ajoutez le maïs, les champignons et les noix. Égouttez.
Disposez une couche de feuilles de salade sur des assiettes et répartissez dessus la garniture aux croûtons. Déposez par-dessus une cuisse de pigeon, arrosez avec 1 c. à c. de jus, puis parsemez de truffe hachée.

Retirez le film qui entoure les suprêmes de pigeon en feuilles de chou et faites-les égoutter sur un torchon. Assaisonnez-les de poivre blanc mignonnette, de fleur de sel et de ciboulette. Disposez chaque ballottine au centre d'autres assiettes et arrosez de jus de pigeon.

14. **Assaisonnez les feuilles de salade avec une vinaigrette aromatisée au jus de truffe.**

**15. Faites égoutter les ballottines de chou cuites à la vapeur sur un torchon, garnissez-les d'un ruban de poivre mignonnette, de fleur de sel et de ciboulette.**

**16. Déposez les suprêmes de pigeon au chou et au foie gras sur des assiettes et arrosez-les de jus de pigeon. La salade et les cuisses de pigeon sont présentées sur des assiettes séparées.**

# Pigeonneau cuit à la broche,

## CARDONS AU JUS, POMMES PAILLE

### POUR 4 PERSONNES



4 pigeonneaux
240 de foie gras de canard cru
Thym
2 cardons
1 c. à s. de farine
Huile d'arachide
6 pommes de terre
20 g de truffe hachée
60 g de beurre
1,5 kg de beurre clarifié (voir p. 455) (la quantité de beurre clarifié est en fonction de la quantité de pommes paille à préparer)
Sel
Fleur de sel de Guérande
Poivre mignonnette

Pour le jus de pigeon
25 g de carotte en mirepoix
25 g d'échalote en mirepoix
15 g de côte de céleri en mirepoix
1 gousse d'ail fendue en deux
1 c. à s. d'huile d'arachide
1 noix de beurre
1 petit bouquet garni
2 c. à s. de cognac

L'habillage des pigeonneaux
Passez les pigeonneaux sur une flamme vive et retirez le reste des plumes et des duvets. Nettoyez la peau des pattes et retirez les tendons à l'aide d'un aiguille. Sectionnez les doigts - à l'exception du plus long dont vous couperez la pointe - l'extrémité des ailes et le cou. Videz les pigeons et retirez l'os en forme de V de la poitrine.

**1. Flambez les pigeonneaux et éliminez les reliquats de plumes et de duvet. Nettoyez les pattes.**

**2. Aidez-vous d'une aiguille pour retirer les tendons des pattes.**

**3. Sectionnez la pointe des doigts.**

Salez et poivrez l'intérieur des pigeonneaux et bridez les ailerons.

Taillez le foie gras en dés de 1 cm, salez-les, poivrez-les et faites-les sauter à feu vif dans une poêle très chaude. Parsemez de thym, égouttez, et farcissez les pigeonneaux avec cette préparation.
Repliez les pattes au niveau de l'articulation et enveloppez-les dans de l'aluminium ménager. Bridez les pattes et réservez au frais.

**4. Retirez l'os en forme de V de la poitrine.**

**5. Bridez les ailes des pigeonneaux.**

6. Faites revenir les dés de foie gras de 1 cm dans une poêle très chaude.

## Cardon

Ce sont les côtes de cette plante qui appartient à la famille de l'artichaut. Une des variétés principales est le cardon épineux de Tours.

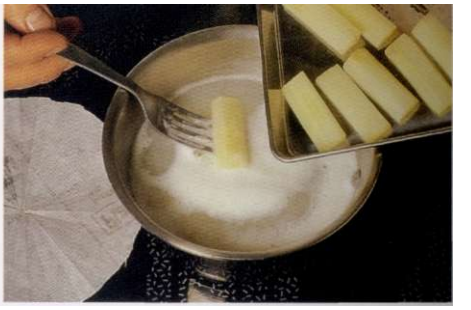
Préparation et cuisson des cardons

Pelez soigneusement les côtes des cardons à l'aide d'un couteau économe, retirez les fils et taillez-les en bâtonnets de 6 cm de long sur 1 cm de large.

**Préparez un blanc dans une casserole en délayant la farine dans de l'eau. Ajoutez 1 c. à s. d'huile d'arachide et du sel. Portez à ébullition. Ajoutez les cardons et posez du papier cuisson à la surface du liquide. Laissez frémir pendant 20 min. Lorsque les cardons sont cuits, retirez-les du feu et laissez-les refroidir dans leur jus de cuisson.**

**7. Farcissez les pigeonneaux de foie gras, enveloppez les pattes dans de l'aluminium.**

**8. Épluchez les cardons avec soin.**

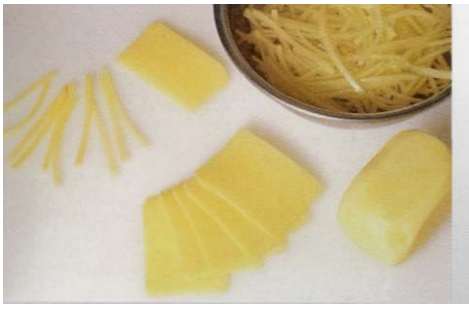


**9. Mettez les cardons coupés en bâtonnets dans le blanc, couvrez avec une feuille de papier cuisson.**

Pelez les pommes de terre et taillez-les en tranches de 2 mm d'épaisseur, puis recoupez-les en bâtonnets de 2 mm de large. Faites-les tremper dans de l'eau froide, puis rincez-les soigneusement jusqu'à ce que l'eau devienne claire.

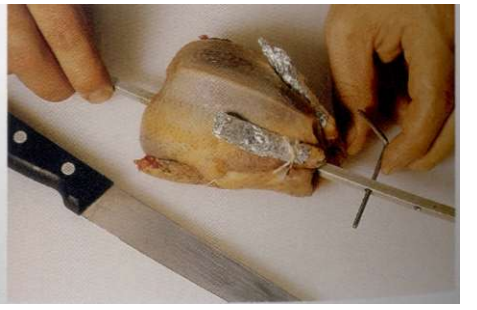
Préparation du jus de pigeon

Faites chauffer l'huile d'arachide dans une casserole, faites-y revenir les os de pigeon à feu vif puis égouttez-les. Faites suer les légumes aromatiques taillés en mirepoix et l'ail dans 1 noix de beurre, remettez les os dans la casserole, ajoutez le bouquet garni et déglacez avec du cognac. Mouillez à hauteur avec de l'eau, ajoutez du sel et du poivre mignonnette puis laissez cuire 20 min à petits bouillons en écumant régulièrement. Passez au chinois.



**10. Coupez les pommes de terre en bâtonnets de 2 mm de large sur 2 mm d'épaisseur, faites-les tremper dans l'eau.**

**11. Pour la confection du jus, versez de l'eau à hauteur sur les os de pigeonneaux poêlés et la garniture aromatique.**



12. Embrochez les pigeonneaux.

Cuisson des pigeonneaux et finition
Embrochez les pigeonneaux et assaisonnez-les de sel et de poivre. Fixez-les sur le tournebroche du four et faites-les rôtir en les badigeonnant d'huile d'arachide à l'aide d'un bouquet de thym. Comptez 10 min pour une cuisson rosée, 14 min pour une cuisson à point et 20 min pour une viande bien cuite. Vérifiez la cuisson à l'aide d'une brochette. Laissez reposer.
Égouttez les cardons, mettez-les dans une sauteuse et ajoutez la truffe hachée. Liez avec le beurre froid, couvrez et laissez chauffer 2 min. Arrosez de quelques cuillerées de jus de pigeon, vérifiez l'assaisonnement et maintenez au chaud.

**13. Fixez les pigeonneaux sur le tournebroche et faites-les rôtir.**

**14. En cours de cuisson, enduisez-les d'huile d'arachide à l'aide d'un bouquet de thym.**

**15. Égouttez les cardons.**

Disposez les pigeonneaux et les cardons sur un plat de service, puis arrosez la viande de quelques cuillerées de jus de pigeon.

Finition des pommes paille et dressage
Faites blanchir les pommes de terre quelques minutes dans de l'eau bouillante salée, et égouttez-les très soigneusement. Faites chauffer du beurre clarifié à 150 "C puis faites-y frire les pommes de terre par petites quantités à la fois. Il est important de respecter ces règles pour obtenir des pommes paille tendres et bien dorées. Égouttez-les soigneusement, et assaisonnez-les d'un mélange de sel et de fleur de sel. Présentez les pommes paille séparément dans une cocotte.
Servez le reste du jus de pigeon dans une saucière.

16. Enrobez les cardons de beurre après y avoir ajouté la truffe hachée.

**17. Déposez les pigeons et les cardons sur un plat de service, et arrosez la viande de jus de pigeon.**

**18. Faites frire les pommes paille par petites quantités dans du beurre clarifié chauffé à 150 °C.**

# Pintade fermière et foie gras rôtis,

## POMMES DE TERRE CONFITES AU JUS

POUR 4 PERSONNES

2 pintades de 1,5 kg chacune
1 bouquet de thym
1 bouquet de romarin
400 g de beurre
1,2 kg de pommes de terre de 10 cm de long environ
1 tête d'ail
2 lobes de foie gras de canard de 350 g chacun
Ciboulette ciselée
Sel
Poivre du moulin
Fleur de sel de Guérande
Poivre blanc mignonnette

L'habillage des pintades
Flambez entièrement les volailles, en insistant particulièrement sur les pattes. Retirez la peau des pattes. Sectionnez les doigts, excepté le plus long dont vous coupez la pointe. Coupez l'extrémité des ailes et le cou. Réservez les parties coupées. Videz les pintades et enveloppez les pattes dans de l'aluminium ménager.

**1. Flambez les volailles en insistant sur les pattes, retirez les restes de plumes, puis la peau des pattes.**

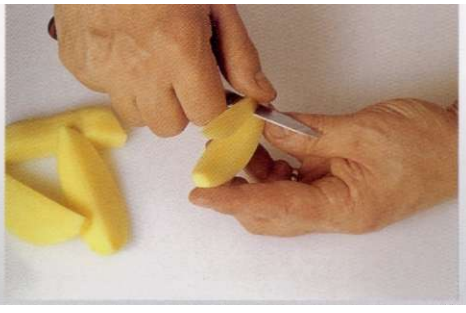
**2. Sectionnez les doigts, à l'exception du plus long dont vous coupez la pointe.**

**3. Retirez l'extrémité des ailes et le cou.**

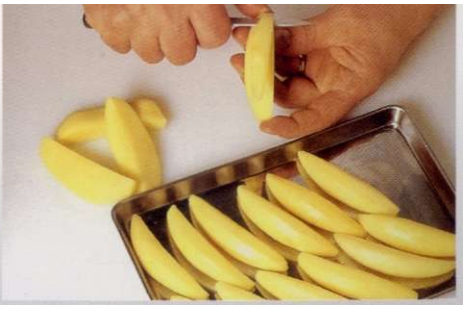
Salez et poivrez l'intérieur des pintades, introduisez-y les bouquets de thym et de romarin puis bridez-les. Frottez la peau de la poitrine des volailles de beurre et de sel et enduisez-les de 50 *g* de beurre.

Pelez les pommes de terre, lavez-les et préparez 20 quartiers en les fendant en quatre dans le sens de la longueur. Arrondissez les angles, puis recoupez en tronçons de 10 cm de long. Égalisez les extrémités. Rincez-les soigneusement à l'eau et essuyez-les bien.

**4. Enveloppez les pattes des pintades d'aluminium. Insérez dans la cavité ventrale les bouquets de thym et de romarin.**



**5. Coupez les pommes de terre en quatre et arrondissez les angles.**



**6. Taillez-les en tronçons de 10 cm de long, puis égalisez-en la forme.**

## Pomme de terre BF15

De forme allongée, assez régulière, à la chair jaune foncée, elle est délicieuse et facile à cuisiner. Elle se prête à de multiples accomodements : à la vapeur, rissolée, en salade...Personnellement. j'adore cette garniture de pomme de terre avec une volaille rôtie dont le jus arrose le plat en lui donnant une saveur riche et profonde.

Cuisson des pintades

Préchauffez le four à 220 *"C* (th. 7). Enduisez de beurre deux grandes sauteuses dans lesquelles vous pourrez aisément disposer côte à côte une pintade et des pommes de terre. Déposez-y les pintades sur une cuisse et entourez-les d'une rangée de pommes de terre. Parsemez de cubes de beurre et ajoutez les gousses en chemise d'une demi tête d'ail par pintade. Ajoutez les pointes des ailes, les os et les cous que vous avez coupés. Faites rôtir les pintades au four pendant 13 min en les arrosant régulièrement de jus de cuisson. Retournez-les sur l'autre cuisse et laissez-les rôtir encore 13 min en les arrosant. Retournez également les pommes de terre pour les faire dorer des deux côtés. Tournez ensuite les pintades sur le dos. retirez la ficelle qui retient les pattes et laissez rôtir 11 min. Piquez une cuisse pour vérifier le degré de cuisson. Si le jus qui s'en écoule est clair, la volaille est cuite à point.

**7. Déposez les pintades dans deux sauteuses enduites de beurre, alignez les pommes de terre à côté, parsemez de dés de beurre et de gousses d'ail.**

**8. Faites rôtir les pintades en les arrosant, puis terminez la cuisson après les avoir retournées sur le dos et avoir déficelé les pattes.**

**9. Séparez les deux lobes du foie gras, utilisez le plus gros.**

Retirez les pintades du four, puis salez et poivrez à nouveau. Déposez-les sur une assiette, poitrine vers le bas. Couvrez-les d'une autre assiette et laissez-les reposer pendant 5 min au moins.

Gardez les pommes de terre au chaud avec le jus de cuisson.

Préparation et cuisson du foie gras

Séparez les deux lobes qui composent le foie gras et utilisez le plus gros (300 à 350 g) pour cette préparation. Incisez le foie gras et déveinez-le en dégageant les veines à l'aide de la pointe d'un couteau, puis retirez la membrane qui le recouvre.

Salez et poivrez le foie gras. Saisissez-le à feu vif dans une poêle puis retirez du feu. Faites-le cuire au four à 250 °C (th. 8) pendant 7-8 min. Retournez-le à mi-cuisson puis faites-le égoutter sur une grille.

**10. Retirez les veines du foie gras en vous aidant de la pointe d'un couteau.**

**11. Saisissez rapidement le foie gras des deux côtés dans une poêle, puis faites-le rôtir au four.**

**12. Présentez les pintades et le foie gras sur un plat, disposez harmonieusement les pommes de terre tout autour.**

Finition et présentation

Retirez la ficelle avec laquelle vous avez bridé les cuisses et réchauffez les pintades au four.

Déposez les pintades et le foie gras sur un plat de service, rangez les pommes de terre autour, puis garnissez avec l'ail et quelques brins de thym.Remettez sur le feu les sauteuses dans lesquelles ont rôti les pintades et déglacez avec un verre d'eau ou du fond de volaille, puis faites réduire le jus **à** feu doux.

Parsemez le foie gras de ciboulette ciselée, de fleur de sel de Guérande et de poivre blanc mignonnette. Saupoudrez également les pommes de terre de fleur de sel.

Vérifiez l'assaisonnement de la sauce, passez-la au chinois et versez-en quelques cuillerées sur les pintades. Présentez le reste en saucière.

**13. Déglacez avec de l'eau les sauteuses dans lesquelles ont cuit les pintades.**

**14. Parsemez le foie gras de ciboulette, de fleur de sel de Guérande et de poivre blanc mignonnette.**

**15. Arrosez les pintades avec le jus déglacé et réduit.**

# Gratin de macaroni

## AUX TRUFFES, CÉLERI ET FOIE GRAS

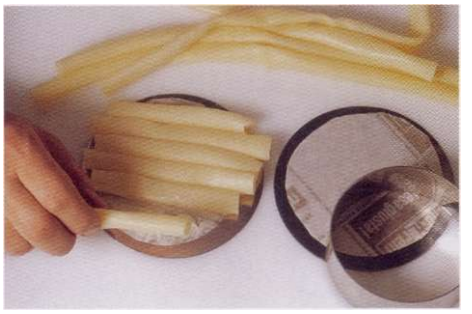
POUR 4 PERSONNES

24 macaroni longs
25 cl de lait
1 c. à s. d'huile d'arachide
3 gousses d'ail
200 g de beurre mou
100 g de gruyère râpé
80 g de céleri-rave
80 g de jambon de Paris en dés de 2 mm
160 g de truffes coupées en tranches de 3 mm d'épaisseur
40 g de truffes hachées
4 cl de madère
4 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
20 cl de crème fraîche
160 g de foie gras de canard cru
Jus de volaille (voir p. 450)
Sel
Poivre

Préparation des macaroni
Faites bouillir de l'eau salée avec le lait, l'huile d'arachide et l'ail fendu en deux et dégermé. Faites-y cuire les macaroni pendant 10 min. Laissez ensuite reposer les macaroni pendant 2 min. Égouttez-les et laissez-les refroidir, puis coupez-les en deux.

Préparez 8 ronds de papier cuisson de 13 cm de diamètre. Enduisez-les de beurre et déposez-les sur des plaques de cuisson légèrement plus grandes. Alignez sur les ronds de papier 6 macaroni en rang serré puis posez dessus un emporte-pièce de 11 cm de diamètre pour découper les macaroni à la même dimension.

**1. Faites cuire les macaroni à l'eau bouillante salée additionnée de lait, d'huile d'arachide et d'ail.**



**2. Disposez 6 macaroni en rang serré sur 8 plaques rondes recouvertes de papier cuisson beurré.**

Tartinez de beurre la surface des macaroni et parsemez-les équitablement de gruyère râpé. Enduisez de beurre la paroi intérieure de 4 cercles en inox de 11 cm de diamètre et de 3,5 cm de haut. Posez un cercle sur 4 des 8 plaques de macaroni. Salez et poivrez. Mettez-les au réfrigérateur pour que le beurre durcisse.

Les 4 plaques de macaroni restantes serviront à recouvrir les 4 cercles lorsqu'ils auront été garnis de farce.
Taillez le céleri-rave en dés de 2 mm, blanchissez-le et laissez-le refroidir.

**3. Découpez le tour des macaroni à l'aide d'un emporte-pièce rond de 11 cm de diamètre, enduisez-les d'une couche de beurre, parsemez-les de gruyère râpé.**

**4. Beurrez 4 cercles en inox et déposez-les sur 4 des plaques de macaroni que vous avez préparées.**

**5. Coupez le céleri-rave en dés.**

Préparation de la farce
Faites chauffer 1 c. à s. de beurre dans une sauteuse et, dès qu'il commence à mousser, ajoutez le céleri-rave, le jambon et la truffe hachée. Mélangez et vérifiez l'assaisonnement.

Faites chauffer 1 c. à s. de beurre dans une autre sauteuse. Lorsqu'il commence à mousser, jetez-y la truffe émincée et couvrez. Laissez cuire encore 2-3 min en secouant la casserole. Versez le madère et laissez cuire encore 2-3 min à feu doux. Ajoutez le consommé de volaille et la crème fraîche, couvrez et laissez mijoter 4 min.

**6. Mettez la truffe émincée dans le beurre mousseux.**

**7. Faites cuire 2-3 min à couvert en secouant la casserole.**

**8. Laissez mijoter 2-3 min après avoir ajouté le madère.**

Filtrez les truffes émincées et ajoutez leur jus de cuisson à la farce à base de céleri et de jambon. Veillez cependant à laisser l'équivalent de 6 c. à s. de jus avec les truffes pour éviter qu'elles se dessèchent.

Mélangez bien la farce avec le jus de cuisson des truffes, puis faites réduire la sauce. Rectifiez l'assaisonnement.
Coupez le foie gras en dés de 3 mm et incorporez-les à la farce.

**9. Versez le consommé de volaille et la crème fraîche puis laissez cuire 4 min à couvert.**

**10. Incorporez à la farce le jus de cuisson des truffes émincées.**

**11. Ajoutez les dés de foie gras à la farce à base de céleri et de jambon liée avec le jus de cuisson des truffes.**

Finition et cuisson des gratins
Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Divisez la farce en quatre parts égales et garnissez-en les 4 cercles de macaroni réservés au frais. Disposez dessus les lamelles de truffe égouttées.

12. Déposez dans les cercles de macaroni une **couche** de farce au foie gras.

13. Disposez la truffe émincée sur la farce.

Recouvrez les cercles garnis de truffe avec les 4 autres plaques de macaroni, côté gruyère sur la truffe, puis retirez les plaques et le papier cuisson. Arrosez de quelques cuillerées de sauce des truffes, et parsemez avec le reste du gruyère râpé. Retournez dessus les 4 plaques de cuisson en guise de couvercle.

Enfournez les cercles tels quels et laissez cuire 15 min au four. Sortez-les du four, retirez les plaques qui se trouvent sur le dessus, et remettez-les au four jusqu'à ce que le gruyère soit gratiné.

**14. Recouvrez les cercles avec les 4 dernières plaques de macaroni au gruyère.**

**15. Retirez le rond de papier cuisson qui adhère aux macaroni.**

**16. Répartissez le reste du gruyère sur les macaroni.**

Dressage

Lorsque les gratins sont cuits, pressez légèrement pour faire écouler le gras, retirez la plaque inférieure et le papier cuisson, puis faites glisser les gratins dans leur cercle sur les assiettes. Faites chauffer du jus de volaille. Entourez les gratins de jus de volaille et retirez les cercles. Servez chaud.

**17. Posez les gratins cuits avec leur cercle sur des assiettes.**

**18. Entourez les cercles de jus de volaille.**

**19. Retirez les cercles et servez aussitôt.**

# Escalope chaude de foie gras,

## CAROTTES CONFITES AU MIEL ET POIVRONS ÉTUVÉS AU XÉRÈS

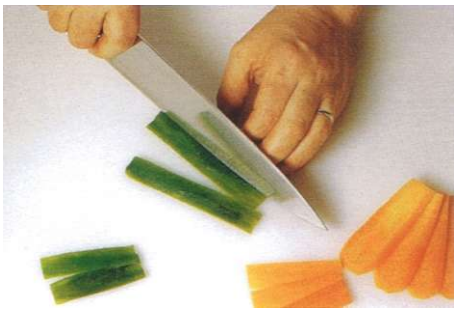
POUR 4 PERSONNES

1 foie gras de canard de 450 g environ
2 carottes
1 poivron
30 g de beurre
30 g de miel
5 cl d'huile d'olive
5 cl de vinaigre de xérès
Sel
Poivre du moulin

Préparation du foie gras et des légumes
Égalisez la forme du foie gras et taillez dedans 4 escalopes d'épaisseur identique, d'environ 120 g chacune. Retirez les veines au besoin, ainsi que la membrane. Réservez au réfrigérateur. Pelez les carottes.

Pelez le poivron et retirez le pédoncule et les parties blanches. Détaillez la pulpe en 8 lamelles de 6 cm de long sur 1,5 cm de large et de 1 mm d'épaisseur. Découpez de la même façon 8 lamelles de carotte, en n'utilisant que la partie rouge du légume.

**1. Découpez le foie gras en escalopes de forme et d'épaisseur égales.**



**2. Détaillez le poivron et les carottes en lamelles de 6 cm de long, 1,5 cm de large et de 1 mm d'épaisseur.**

**3. Faites chauffer le beurre et le miel dans une poêle à revêtement antiadhésif. Lorsque le mélange devient mousseux, ajoutez les carottes.**

Faites chauffer 30 g de beurre et 30 g de miel dans une poêle à revêtement antiadhésif. Dès que le mélange mousse, déposez les lamelles de carotte côte à côte dans la poêle et faites-les revenir à feu très doux. Salez-les, poivrez-les, retournez-les et faites-les confire jusqu'à ce qu'elles prennent une légère coloration. Gardez-les au chaud.

Faites chauffer l'huile d'olive dans une autre poêle. Déposez dedans les lamelles de poivron.

Salez, poivrez et poêlez les lamelles sur les deux faces sans les laisser dorer. Maintenez-les au chaud.

4. Lorsqu'elles sont légèrement dorées, laissez confire les carottes dans leur jus.

5. Faites revenir les lamelles de poivron dans l'huile d'olive sans les laisser colorer.

6. Salez et poivrez le foie gras.

Finition
Faites chauffer fortement une poêle à revêtement antiadhésif. Salez et poivrez le foie gras, mettez-le dans la poêle et saisissez-le rapidement 2 min sur chaque face.

Laissez-le égoutter sur une grille.
Déglacez la poêle de cuisson du foie gras avec le vinaigre de xérès.

**7. Saisissez rapidement le foie gras dans une poêle à revêtement antiadhésif très chaude, 2 min environ de chaque côté.**

**8. Déposez le foie gras égoutté sur les assiettes.**

**9. Disposez sur le foie gras les lamelles de carotte et de poivron en les entrecroisant.**

Déposez les escalopes de foie gras sur des assiettes et garnissez chacune d'elles de 2 lamelles de carotte et 2 lamelles de poivron en les entrecroisant. Arrosez de jus de cuisson déglacé au vinaigre de xérès et servez aussitôt.

**10. Relevez le foie aras avec le jus de cuisson déglacé au vinaigre de xérès.**

# Foie gras de canard grillé

## AUX LENTILLES PIMENTÉES

POUR 4 PERSONNES

1 foie gras de canard
150 g de lentilles vertes du Puy
100 g de poitrine de porc demi-sel
50 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
15 cl de crème fraîche
60 g de beurre
30 g de graisse d'oie
30 g de petits oignons
Sel
Poivre du moulin
Fleur de sel de Guérande
Un peu d'huile pimentée

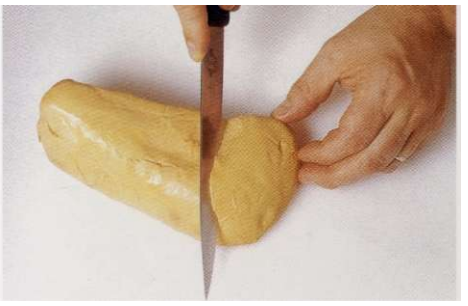
Pour la garniture aromatique
½ carotte
½ oignon piqué de 2 clous de girofle
2 gousses d'ail
1 petit bouquet garni

**Préparation** des germes de lentilles
4 jours avant la réalisation de la recette, répandez 2 pincées de lentilles sur du coton humide et humectez ce coton quotidiennement. Au bout de 4 jours, lorsque les lentilles auront germé, coupez les pousses à 1 cm de la pointe et déposez-les sur du papier absorbant, puis enveloppez-les dans du film alimentaire. Conservez-les au réfrigérateur.

Découpez le foie gras en 4 tranches de 120 g chacune, en commençant par l'extrémité, puis arrondissez-les légèrement. Recouvrez-les de film alimentaire et mettez-les au réfrigérateur.

**1. Éparpillez 2 pincées de lentilles sur du coton humide.**

**2. Après une période de germination de 4 jours, coupez les jeunes pousses à 1 cm de leur extrémité.**

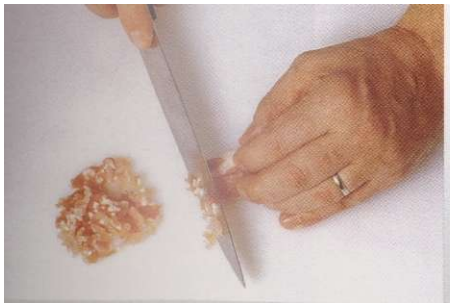


3. Tranchez le foie gras en parts de 120 g, égalisez la forme pour obtenir un bel arrondi.

Retirez la couenne et les cartilages de la poitrine de porc et conservez-en 50 g. Détaillez en lardons « allumettes » de 1 mm. Gardez au réfrigérateur.

Préparation de la crème de lentilles
Faites blanchir le reste des lentilles, puis mettez-les dans une casserole avec la garniture aromatique et les parures de poitrine de porc. Mouillez à hauteur avec de l'eau, salez et poivrez en tenant compte de la teneur en sel du lard, et faites cuire environ 30 min.
Lorsque les lentilles sont cuites, retirez les légumes aromatiques et les parures de lard.

Mettez 30 g de lentilles de côté, dont vous vous servirez ensuite comme garniture, égouttez le reste et réduisez-le en purée à l'aide d'un moulin à légumes.
Délayez la purée obtenue avec le bouillon de volaille, et réchauffez-la jusqu'à ce qu'elle prenne l'aspect d'une crème épaisse. Incorporez la crème fraîche et portez à ébullition.



4. **Taillez la poitrine de porc en lardons de 1 mm d'épaisseur.**

**5. Faites cuire les lentilles blanchies avec la garniture aromatique et les parures de poitrine de porc.**

**6. Versez le bouillon de volaille dans les lentilles réduites en purée, ajoutez la crème fraîche pour obtenir une crème de lentilles.**

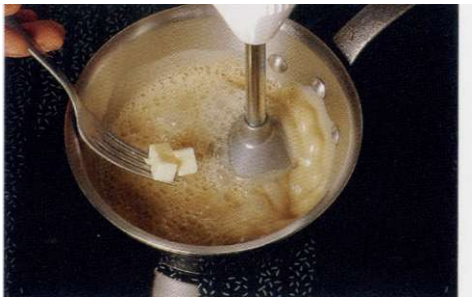
## Huile pimentée

**Elle désigne une huile d'olive dans laquelle ont macéré des piments de Cayenne concassés.**

Passez la crème au chinois puis montez-la en incorporant 60 g de beurre au mixeur plongeant. Versez quelques gouttes d'huile pimentée.

**Émincez très finement les petits oignons. Faites fondre la graisse d'oie, ajoutez 1 pincée de sel puis faites-y revenir les petits oignons à feu doux sans les laisser colorer.**

**7. Passez la crème de lentilles au chinois.**



**8. Montez la crème avec du beurre en émulsionnant à l'aide d'un mixeur plongeant.**

9. Faites revenir les petits oignons émincés dans la graisse d'oie en veillant à ne pas les laisser colorer.

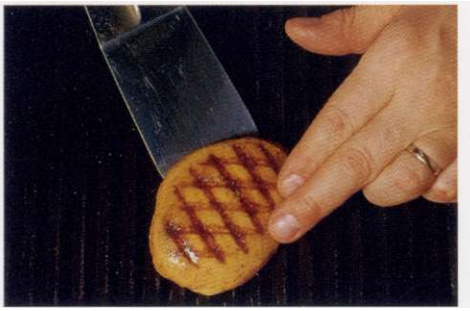
Incorporez les lardons aux petits oignons et faites revenir ce mélange quelques minutes. Ajoutez les 30 g de lentilles mis de côté, et liez le tout avec la crème de lentilles. Rectifiez l'assaisonnement et gardez au chaud.

**10. Ajoutez les lardons et faites revenir le mélange quelques minutes de plus.**

**11. Incorporez les lentilles mises de côté pour la garniture.**

Cuisson du foie gras
Salez et poivrez le foie gras puis faites-le griller sur les deux faces selon votre goût. Égouttez-le sur du papier absorbant.

**12. Ajoutez la crème de lentilles.**



**13. Faites griller le foie gras.**

**14. Entourez le foie gras de crème de lentilles.**

Présentation
Déposez le foie gras sur des assiettes chaudes. Versez autour la crème de lentilles en répartissant la garniture. Arrosez le foie gras de quelques gouttes d'huile pimentée et parsemez de fleur de sel. Garnissez la surface de la crème avec les pousses de lentilles. Servez chaud.

oie gras

**16. Parsemez la crème de pousses de lentilles.**

# Épaule et foie de lapin

## AUX FÈVES

POUR 4 PERSONNES

12 épaules de lapin
Os et parures de lapin (pour le jus)
4 foies de lapin
2 kg de fèves non écossées
20 cl d'huile d'arachide
200 g de beurre
100 g de lard
300 g de carottes coupées en rondelles
300 g d'oignons coupées en rondelles
6 gousses d'ail
1 petit bouquet garni riche en thym
2 c. à s. de moutarde de Dijon
Thym
24 petits oignons nouveaux épluchés
1 pincée de sucre
10 cl de vinaigre de vin rouge
Sarriette
Sel
Poivre du moulin

Coupez les foies de lapin en 12 escalopes approximativement de la même dimension que les épaules.

Préparation d'un jus de lapin
Faites chauffer 10 cl d'huile d'arachide et 50 g de beurre dans une sauteuse et faites-y revenir les os et les parures de viande jusqu'à coloration. Ajoutez les carottes et les oignons en rondelles et laissez-les dorer. Mettez l'ail, le bouquet garni et la moitié de la moutarde, versez de l'eau à hauteur, couvrez puis laissez mijoter 1 h 30 à feu doux.

**1. Découpez les épaules de lapin et taillez les foies en 12 escalopes.**

**2. Lorsque les os et parures de viande de lapin sont bien colorés, ajoutez les carottes et les oignons et continuez à faire revenir.**

**3. Ajoutez l'ail, le bouquet garni et de la moutarde une fois que le mélange a pris une belle couleur dorée.**

Préparation de la garniture
Écossez les fèves et blanchissez-les dans de l'eau bouillante salée. Plongez-les dans de l'eau glacée, puis égouttez-les. Dérobez-les (retirez la peau qui les recouvre), ôtez le germe, puis faites-les cuire à nouveau dans de l'eau bouillante salée.

Refroidissez-les dans de l'eau glacée, égouttez-les et réservez-les.
Taillez le lard en allumettes de 1 mm d'épaisseur.

4. Plongez **rapidement les fèves pelées dans de l'eau glacée pour les rafraîchir.**

5. Coupez le lard en petites allumettes.

6. Enduisez les épaules de lapin de moutarde.

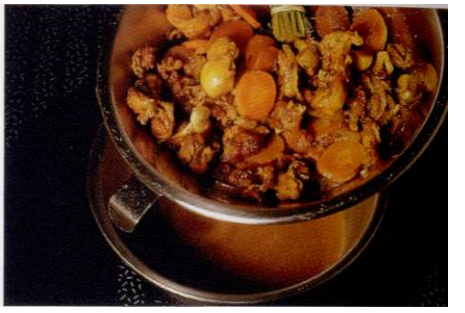
**Cuisson du lapin**

Badigeonnez au pinceau les deux faces des épaules de lapin avec le reste de la moutarde, salez-les et poivrez-les, puis saupoudrez-les de thym. Faites chauffer dans une sauteuse un peu d'huile d'arachide et une noix de beurre puis faites-y sauter les épaules de lapin. Gardez au chaud.

Dans le même temps, faites chauffer une casserole à feu doux avec 50 g de beurre, 1 pincée de sucre et 1 pincée de sel. Faites-y blondir les petits oignons nouveaux.
Passez le jus de lapin au chinois puis faites-le réduire jusqu'à 20 cl.

**7. Poêlez les épaules de lapin dans un mélange d'huile d'arachide et de beurre.**

**8. Glacez les petits oignons dans du beurre, du sucre et du sel.**



**9. Après avoir passé le jus de lapin au chinois, faites-le réduire davantage.**

**Finition**

Faites blondir le lard dans un peu de beurre. Lorsqu'il a pris une légère coloration, ajoutez les fèves et 1 pincée de sarriette. Remuez doucement pour enrober les fèves de beurre. Rectifiez l'assaisonnement et maintenez au chaud.

Salez et poivrez les foies de lapin. Faites chauffer un peu d'huile et une noix de beurre dans une poêle et saisissez dedans les foies de lapin. La cuisson doit être rosée. Réservez-les au chaud avec les épaules de lapin.

10. Ajoutez au lard blondi les fèves et la sarriette.

11. Enrobez les fèves de beurre.

12. Poêlez les foies de lapin.

Sarriette

Conn c ni Provence sous le nom de « pebre d'aï qui signifie poivre d'âne, la sarriette s'empl lans les préparations de légumes secs f< is pour sa saveur et ses propriétés digestives.

Présentation

Déglacez avec du vinaigre de vin rouge la poêle dans laquelle vous avez fait revenir les foies et versez cette sauce sur les foies.

Déposez sur des assiettes chaudes les épaules et les foies de lapin en alternance et répartissez dessus les fèves et les petits oignons glacés.

Arrosez de quelques cuillerées de jus et parsemez de sarriette et de thym.

13. Déglacez la poêle dans laquelle vous avez fait **sauter les** foies avec du vinaigre de vin rouge.

14. Disposez les épaules et foies de lapin sur des assiettes chaudes, en les faisant alterner.

15. Recouvrez les viandes de fèves et de petits oignons et arrosez de jus de lapin.

# Marrons confits

## AUX PETITS OIGNONS, FENOUIL ET NOIX

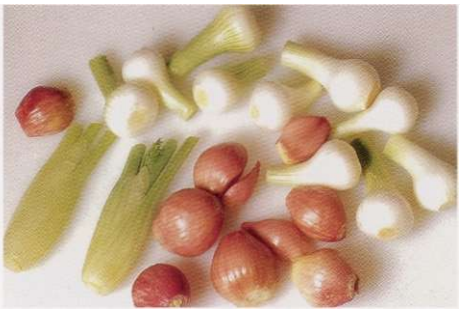
POUR 4 PERSONNES

1 kg de marrons
100 g de petits oignons
8 échalotes
2 bulbes de fenouil miniature
80 g de cerneaux de noix
100 g de beurre
70 cl de consommé de volaille (voir p. 448)
10 cl de jus de viande ou de jus de volaille (voir p. 450)
Sel
Poivre du moulin

Préparation des légumes
Retirez 1 ecorcedes marrons et la petite peau qui les recouvre. Pelez les petits oignons et les échalotes. Coupez les petits bulbes de fenouil en deux, dans le sens de la longueur. Réservez les petites feuilles vertes.

Blanchissez les noix 1 min dans de l'eau bouillante, égouttez-les puis mondez-les.

**1. Épluchez les marrons après en avoir retiré l'écorce.**



**2. Les légumes qui accompagnent les marrons. Pelez les petits oignons et les échalotes, fendez les fenouils miniatures en deux dans le sens de la longueur.**

Blanchissez les noix 1 min dans de l'eau bouillante, égouttez-les puis mondez-les.

3. Blanchissez les noix dans de l'eau bouillante.

**4. Mondez les noix.**

Faites fondre le beurre dans une grande sauteuse et faites revenir les marrons jusqu'à ce qu'ils soient légèrement colorés. La sauteuse doit être assez large pour que les marrons puissent tenir sur une seule couche

**5. Faites fondre le beurre dans une sauteuse suffisamment large pour contenir les marrons et les légumes sans qu'ils se chevauchent. Mettez-y les marrons.**

**6. Faites sauter les marrons jusqu'à ce qu'ils prennent une légère coloration.**

Lorsque les marrons ont légèrement bruni, ajoutez les petits oignons, les échalotes et le fenouil. Salez et poivrez puis continuez la cuisson.

Versez du consommé de volaille à hauteur, posez du papier cuisson directement sur les légumes et mettez un couvercle sur la sauteuse.

**7. Ajoutez aux marrons les petits oignons, les échalotes et le fenouil, faites sauter le tout.**

**8. Versez du consommé de volaille à hauteur.**

**9. Déposez du papier cuisson directement sur les légumes, couvrez la sauteuse avec un** couvercle. **Laissez mijoter 40 min à feu doux.**

**Cuisson** et finition

Faites cuire 40 min à feu doux sans remuer, pour éviter que les marrons se fendent. A la hn de la cuisson, retirez le couvercle et le papier, et vérifiez le degré de cuisson.

Faites réduire le jus de cuisson. Lorsqu'il a réduit suffisamment, faites délicatement rouler les marrons et les légumes dedans pour les imprégner des sucs de cuisson et les glacer. Incorporez les noix, laissez glacer encore 5 min. Avant de servir, arrosez de jus de viande ou de jus de volaille, et parsemez de feuilles de fenouil.

**10. Lorsque les marrons sont tendres, enlevez le couvercle et le papier, et faites réduire le jus de cuisson.**

**11. Arrosez les marrons et les légumes avec le jus réduit pour les glacer. Ajoutez les noix et laissez encore 5 min. Arrosez de jus de viande ou de jus de volaille.**

**12. Parsemez de feuilles de fenouil.**

# Printanière de légumes

POUR 4 PERSONNES

12 mini carottes avec leurs fanes
12 petits navets avec leurs fanes
12 petits oignons nouveaux avec leurs fanes
100 g de pois mange-tout
100 g de haricots verts fins
100 g de fèves écossées
100 g de petits pois écossés
1 cœur tendre de céleri en branches
12 asperges vertes
100 g de petites girolles
1 échalote
150 g de beurre
Sucre en poudre
Sel
Gros sel
Poivre du moulin

Préparation des légumes
Pelez les mini carottes en conservant 2-3 cm de fanes. Procédez de même pour les navets et les petits oignons nouveaux.
Équeutez et effilez les pois mange-tout et les haricots verts.
Détaillez les côtes du cœur de céleri en tronçons de la même dimension que les mini carottes.

Épluchez les asperges.
Nettoyez soigneusement les girolles et rincez-les rapidement.
Pelez l'échalote, ciselez-la et faites-la suer avec 10 g de beurre.
Faites fondre une noix de beurre dans une sauteuse, mettez-y les carottes, saupoudrez-les de 1 pincée de sucre et 1 pincée de sel puis faites-les revenir. Couvrez-les d'eau et faites-les glacer en les laissant cuire jusqu'à ce qu'elles soient tendres et que le liquide de cuisson soit entièrement évaporé.

**1. Les légumes printaniers prêts pour la cuisson. Pelez les navets, les carottes et les oignons nouveaux en laissant quelques centimètres de fanes.**

**2. Saupoudrez les carottes de sucre et de sel, faites-les sauter dans du beurre. Recouvrez d'eau, couvrez, faites glacer.**

De la même façon, faites glacer successivement les navets, les petits oignons nouveaux et le céleri.

**3 Glacez les navets en procédant de la même manière que pour les carottes.**

**4. Faites de même pour le glaçage des petits oignons nouveaux.**

**Faites cuire séparément les petits pois, les asperges, les pois mange-tout et les haricots verts dans de l'eau bouillante salée. Plongez-les dans de l'eau additionnée de glace puis égouttez-les. Retirez la fine peau des petits pois.**

Blanchissez les fèves dans de l'eau bouillante, égouttez-les et dérobez-les (retirez la peau qui les recouvre). Faites-les cuire à nouveau dans de l'eau bouillante salée au gros sel. rafraîchissez-les dans de l'eau glacée puis égouttez-les.
Faites fondre une noix de beurre dans une petite poêle, faites-y sauter les girolles 1 min et assaisonnez-les. Ajoutez l'échalote et faites revenir les girolles encore 1 min. en mélangeant.

Mettez tous les légumes dans une grande sauteuse, ajoutez le reste du beurre et liez en mélangeant doucement à l'aide d'une fourchette. Rectifiez l'assaisonnement, et présentez sur un plat chaud.
En décoration, vous pouvez utiliser du cerfeuil ou du persil plat.

**5. Faites glacer le céleri taillé en bâtonnets de la même longueur que les carottes.**

**6. Rassemblez tous les légumes dans une grande sauteuse, liez le tout avec du beurre en remuant délicatement à l'aide d'une fourchette.**

# Salade pastorale aux herbes

## Pour 4 personnes

20 g de chicorée
20 g de feuilles de chêne
20 g de Lolo rossa
20 g de trévise
20 g de batavia
20 g de mesclun
20 g de mâche
20 g de roquette
10 g de cresson
8 g de marjolaine
10 g de cerfeuil
10 g de basilic
10 g de persil plat
8 g de sauge
10 g d'aneth
10 g d'estragon
4 petites feuilles de menthe
4 petites feuilles de céleri
20 g de truffe
Un peu de vinaigre de vin

Pour la vinaigrette
1,2 cl de vinaigre de vin vieux
1,2 cl de vinaigre de xérès
8 cl d'huile d'arachide
20 g de jus de truffe
Sel
Poivre du moulin

**Préparation de la vinaigrette**
**Mélangez 1 pincée de sel avec les vinaigres, ajoutez l'huile d'arachide, du poivre et le jus de truffe en remuant à l'aide d'un fouet.**

**Détachez les feuilles de salade, lavez-les soigneusement et égouttez-les. Faites de même pour les herbes aromatiques. Hachez la truffe.**

**Les variétés de salade utilisées sont présentées ci-dessous (photo n° 2), de gauche à droite, en commençant par la rangée supérieure : chicorée, cresson, feuilles de pissenlit. Sur la rangée du milieu : mâche, roquette, mesclun. Sur la rangée inférieure : feuilles de chêne, Lolo rossa et trévise.**

**1. Après avoir mélangé avec soin le sel, les deux sortes de vinaigre, l'huile et le poivre pour la préparation de la vinaigrette, incorporez le jus de truffe.**

**2. Lavez soigneusement les feuilles des différentes variétés de salade, puis déchirez-les en petits morceaux.**

**3. Hachez la truffe et détaillez les herbes aromatiques en petits brins.**

## Mesclun

**Il s'agit d'un assortiment de plantes potagères de diverses variétés, dont les feuilles sont consommées en salade. Généralement composé de scarole, trévise, chicorée, mâche, feuilles de pissenlit, oseille, jeunes pousses de moutarde et autres, le mesclun est originaire du sud de la France.**

**Les herbes aromatiques qui entrent dans la composition de la salade figurent sur la photo (ci-dessus n° 3), de gauche à droite : sur la rangée supérieure : marjolaine, cerfeuil, basilic ; sur la rangée du milieu : menthe, feuilles de céleri, sauge ; sur la rangée inférieure : persil plat, aneth, estragon.**

**Mettez dans un saladier toutes les feuilles de salade et les herbes aromatiques, à l'exception de la menthe et du céleri, puis mélangez le tout délicatement en soulevant les feuilles à la main. Ajoutez la moitié de la truffe hachée.**

4. Les différentes herbes aromatiques. Mélangez-les délicatement à la main avec les feuilles de salade.

**5. Incorporez la moitié de la truffe hachée.**

**6. Mélangez doucement en ajoutant progressivement la vinaigrette.**

Présentation

Disposez un dôme de salade sur chaque assiette, parsemez avec le reste de la truffe hachée, et garnissez de feuilles de menthe et de céleri. Pour finir, aspergez de quelques gouttes de vinaigre de vin à l'aide d'une fourchette.

Assaisonnez la salade en ajoutant la vinaigrette petit à petit et mélangez avec délicatesse.

7. Disposez **la salade en dôme sur les assiettes et** décorez **avec les feuilles de céleri et de menthe.**

**8. En vous aidant d'une fourchette, aspergez la salade de quelques gouttes de vinaigre de vin, puis ajouter la vinaigrette.**

# Carottes fondantes au cumin

POUR 4 PERSONNES

800 g de carottes nouvelles
1 gousse d'ail finement hachée
1 c. à c. de sucre
10 g de cumin
2 c. à s. d'huile d'olive
1 bouquet garni comprenant
1 branche de coriandre
2 pincées de persil plat ciselé
10 g de beurre
Le jus de 3 oranges
Sel

Pelez les carottes et taillez-les en fines rondelles. Mettez-les dans un saladier, ajoutez l'ail, le sucre, le cumin, l'huile d'olive, un peu de sel et mélangez.

Transvasez le contenu du saladier dans une sauteuse pouvant contenir les carottes sans qu'elles se chevauchent. Versez de l'eau à mi-hauteur. Ajoutez le bouquet garni, posez une feuille de papier cuisson enduite de beurre au ras des légumes et faites chauffer à feu vif.

**1. Pelez les carottes et émincez-les finement.**

**2. Ajoutez aux carottes l'ail haché, le sucre, le cumin, l'huile d'olive, du sel et mélangez.**

**3. Versez de l'eau à mi-hauteur des carottes, couvrez à ras avec du papier cuisson enduit de beurre.**

À ébullition. réduisez le feu et laissez cuire les carottes jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Retirez le papier et le bouquet garni. Ajoutez le jus d'orange et poursuivez la cuisson à feu doux jusqu'à ce que le jus se soit évaporé.

Veillez à ce que le mélange d'huile d'olive et de sucre caramélisé imprègne bien les carottes afin d'obtenir un beau glaçage.
Présentez les carottes sur des assiettes chaudes et parsemez de persil plat.

**À ébullition, réduisez le feu et laissez cuire les carottes jusqu'à ce qu'elles soient tendres.**

**5. Ajoutez le jus d'orange, et terminez la cuisson à feu doux en enrobant les carottes dans les sucs de cuisson pour les glacer.**

**6. Parsemez de persil plat ciselé.**

# Petits navets nouveaux

## ÉTUVÉS AU JUS

POUR 4 PERSONNES

1 kg de petits navets nouveaux bien ronds
15 g de sucre semoule
80 g de beurre
10 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
Persil plat
10 cl de jus de volaille (voir p. 450)
Sel

Pelez les petits navets nouveaux et tournez-les pour qu'ils aient tous la même taille et la même forme.
Ajoutez le sucre aux navets, saupoudrez d'une pincée de sel et mélangez.

Faites fondre le beurre dans une sauteuse et dès qu'il mousse, déposez-y les navets côte à côte. Retournez-les lorsqu'ils ont pris une belle coloration dorée.

**1. Épluchez les navets et plongez-les au fur et à mesure dans de l'eau.**

**2. Transvasez les navets dans un saladier, saupoudrez-les de sucre et de sel, mélangez.**

**3. Lorsque le beurre mousse, déposez les navets dans la sauteuse.**

Une fois les navets bien colorés des deux côtés, arrosez-les de bouillon de volaille en plusieurs fois. Puis faites-les étuver à couvert à feu doux.

**4. Lorsque** les navets sont bien dorés, retournez-les.

**5. Versez le bouillon de volaille par petites quantités sur les navets dès qu'ils ont pris une belle couleur ambrée sur les deux faces.**

6. Ciselez le persil plat.

**Présentation**

Lorsque les navets sont cuits et que le bouillon a presque entièrement réduit, rangez les navets sur un plat de service. Parsemez-les de persil plat. Faites chauffer le jus de volaille et arrosez-en les navets.

**7. Déposez les navets sur un plat de service, parsemez-les de persil ciselé.**

**8. Arrosez de jus de volaille chaud.**

# Étuvée de morilles
## ET ASPERGES AU CERFEUIL

POUR 4 PERSONNES



440 g de chapeaux de morille
32 asperges vertes assez grosses
1 échalote
½ bouquet de cerfeuil
1 pincée de thym
100 g de beurre
Sel

Pour la crème de morille
200 g de pieds de morille
35 cl de bouillon de volaille (voir p. 448)
7 g de Maïzena®
5 cl de crème fraîche
1 petit jaune d'œuf
70 g de beurre
Quelques gouttes de Tabasco®
Sel

Pelez les asperges et coupez-les à 5 cm de la pointe.
Séparez les pieds des chapeaux de morille. Fendez en deux les chapeaux des morilles dans le sens de la longueur et supprimez les impuretés à l'aide d'un pinceau. Lavez-les sous un filet d'eau et égouttez-les.

Préparation d'un bouillon de morille
Lavez soigneusement les pieds de morille et égouttez-les. Portez le bouillon de volaille à ébullition, ajoutez les pieds de morille et faites-les cuire 20 min. Passez le tout à la moulinette avec le jus de cuisson, puis filtrez au chinois au-dessus d'une casserole. Faites réduire ce liquide pour obtenir 17 cl de bouillon.

Préparation de la crème de morille
Délayez la Maïzena® dans un peu d'eau. Retirez le bouillon de morille du feu et incorporez la Maïzena®. Remettez sur le feu et portez à ébullition en remuant.
Mélangez la crème avec le jaune d'œuf. Ajoutez-les dans le bouillon et laissez frémir en remuant. Passez au chinois, montez le tout avec 70 g de beurre en dés en émulsionnant au fouet. Ajoutez quelques gouttes de Tabasco® et vérifiez l'assaisonnement.

**1. Après avoir pelé les asperges, taillez-les en tronçons de 5 cm à partir de la pointe. Coupez les morilles en deux, dans le sens de la longueur, et retirez délicatement les impuretés à l'aide d'un pinceau.**

**2. Faites cuire les pieds de morilles 20 min dans le bouillon de volaille.**

**3. Passez au chinois avant de faire réduire, versez la Maïzena® délayée.**

Faites cuire les pointes d'asperge à l'eau bouillante salée et égouttez-les.

Mettez les chapeaux de morille dans une poêle avec un peu de beurre et laissez-les rendre leur eau de végétation. Égouttez-les.

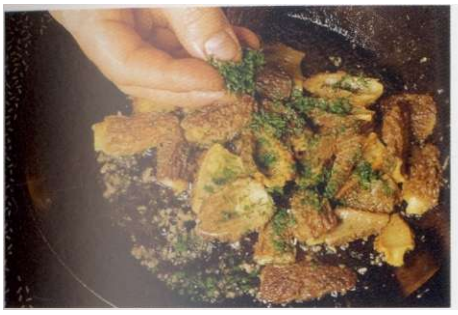
**4. Liez avec un mélange de jaune d'œuf et de crème fraîche.**

**5. Faites cuire les pointes d'asperge.**

**6. Faites suer les chapeaux de morille dans du beurre pour leur faire rendre leur eau.**

Ciselez l'échalote et faites-la suer dans un peu de beurre. Lorsqu'elle est tendre, ajoutez les morilles et le cerfeuil ciselé puis faites sauter le tout.

**Réchauffez les asperges dans du beurre et parsemez-les avec 1 pincée de thym.**



7. Ajoutez **aux échalotes les morilles et le cerfeuil,** faites-les **sauter.**

**8. Réchauffez les asperges dans du beurre.**

**9. Disposez les morilles sur des assiettes, arrosez-les de crème de morille.**

**Dressage**
**Nappez les assiettes de crème de morille et déposez-y les morilles. Arrosez encore d'un peu de crème et disposez au-dessus, en étoile, 8 asperges en alternant leur sens de manière à ce que la pointe soit tour à tour en haut ou en bas. Parsemez d'une pincée de cerfeuil.**

**10- Dressez 8 asperges en étoile, disposées alternativement pointe en haut et pointe en bas.**

# Crème caramélisée

## À LA CASSONADE

POUR 4 PERSONNES

30 cl de crème fraîche
1 gousse de vanille
3 jaunes d'œufs
60 g de sucre
5 cl de lait
100 g de cassonade

**Fendez** la gousse de vanille en deux dans le **sens de** la longueur et recueillez-en les graines **en** raclant l'intérieur à l'aide de la pointe d'un couteau.

**1. Les ingrédients utilisés. En bas à gauche, la cassonade.**

**2. Coupez en deux la gousse de vanille dans le sens de la longueur.**

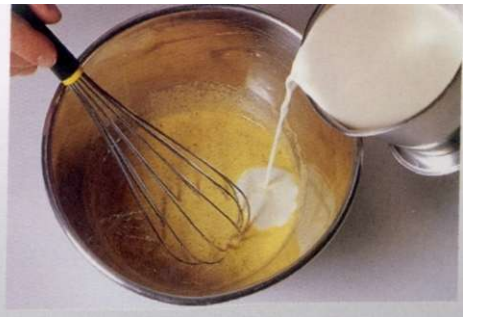
**3. Prélevez les graines avec la pointe d'un couteau.**

Mettez dans un saladier les jaunes d'oeufs, le sucre, les graines de vanille, et mélangez pendant 1 min avec un fouet à main.

Réunissez le lait et la crème puis versez-les doucement sur les jaunes d'oeufs, en fouettant vigoureusement de manière à faire monter la préparation. Passez-la au chinois. Préchauffez le four à 90 °C (th. 3).

4. **Dans un saladier, réunissez les jaunes d'œufs,** le sucre et **les graines de vanille.**

**5. Mélangez en fouettant pendant 1 min.**



**6. Mélangez la crème fraîche et le lait, ajoutez-les progressivement aux jaunes d'œufs vanillés.**

Versez la crème dans 6 petits plats en céramique peu profonds, enfournez et laissez cuire 30 min. La cuisson est terminée lorsque la crème est figée tout en conservant une consistance légèrement tremblotante.

Sortez les plats du four, laissez tiédir les crèmes puis mettez-les au réfrigérateur pendant au moins 1 h.

7. Répartissez la crème dans 6 petits plats en céramique peu profonds.

**8. Après avoir laissé tiédir la crème cuite, laissez-la refroidir 1 h au réfrigérateur.**

**9. Saupoudrez les crèmes de cassonade.**

Saupoudrez la crème froide de cassonade puis passez-la quelques minutes à la salamandre ou sous un gril préchauffé pour faire légèrement caraméliser la surface.

30 min avant de servir, refroidissez à nouveau les ramequins au réfrigérateur.

**10. Faites caraméliser la surface de la crème.**

## Cassonade

C'est ainsi qu'on appelle le sucre roux, un sucre de canne brut incomplètement raffiné. On tire profit de sa saveur particulière dans la pâtisserie.

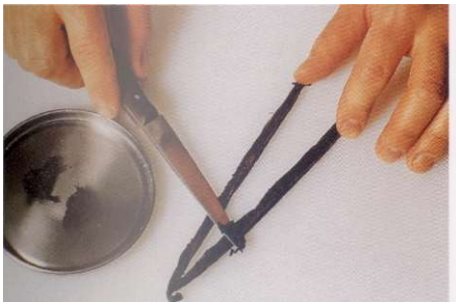
# Crème glacée à la vanille

POUR 4 PERSONNES

3 jaunes d'œufs
2 gousses de vanille bourbon
75 g de sucre
25 cl de lait
½ grain de café
20 g de sirop de glucose
12,5 cl de crème fraîche

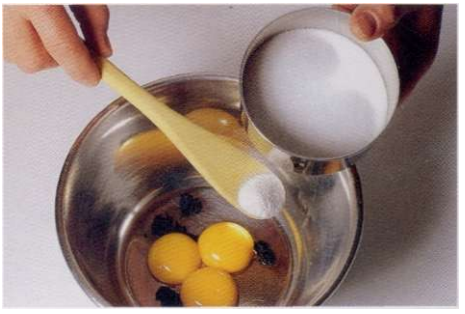
Mettez les jaunes d'œufs dans un saladier. Fendez en deux les gousses de vanille dans le sens de la longueur, et extrayez-en les graines en raclant l'intérieur avec la pointe d'un couteau.

Mélangez ces graines avec les jaunes d'œufs. Incorporez le sucre, et battez le mélange au fouet à main, jusqu'à ce qu'il devienne blanc et mousseux.



**1. Après** avoir fendu les gousses de vanille en **deux** dans le sens de la longueur, prélevez-en les **graines.**

2. Ajoutez les graines de vanille aux jaunes d'œufs.



3. Ajoutez le stabilisateur et le sucre.

Versez le lait dans une casserole, ajoutez les gousses de vanille, le café et le sirop de glucose, puis faites chauffer.

**4. Battez le mélange avec un fouet à main pour qu'il devienne blanc et mousseux.**

**5. Mettez les gousses de vanille dans le lait et ajoutez le café.**

**6. Ajoutez le sirop de glucose et mettez la casserole sur le feu.**

## Vanille bourbon

Il s'agit de la vanille dont l'île française de la Réunion (appelée île de Bourbon jusqu'en 1793), qui était autrefois le premier producteur mondial. Elle est très prisée des connaisseurs.

**Retirez la casserole du feu dès l'ébullition, couvrez et laissez infuser 15 min pour que le lait s'imprègne du parfum de la vanille.**
**Amenez de nouveau le lait à ébullition, versez-en une petite quantité dans le saladier contenant les jaunes d'œufs et mélangez. Versez le contenu du saladier dans le lait et remuez avec soin.**

**Faites chauffer la crème à feu doux, sans cesser de mélanger avec une spatule. Lorsqu'elle a épaissi, vérifiez sa consistance en passant un doigt sur la spatule : si le doigt laisse une empreinte sur la spatule, c'est que la crème a atteint la consistance voulue.**

**7. Portez le lait à ébullition, retirez du feu, couvrez immédiatement. Laissez reposer 15 min pour que le parfum de la vanille imprègne le lait.**

**8. Ajoutez un peu de lait chaud aux jaunes d'œufs, remuez, reversez ce mélange dans le reste du lait. Remuez soigneusement et remettez sur feu doux.**

**9. La préparation a atteint la bonne consistance lorsque le doigt laisse un tracé net sur la spatule légèrement couverte de crème.**

Retirez la crème du feu puis incorporez la crème fraîche tout en remuant.

Filtrez la crème dans une passoire fine et laissez-la refroidir au frais.

Lorsque la crème est froide, mettez-la dans une sorbetière et laissez-la prendre en glace.

**10. Retirez la crème du feu et incorporez la crème fraîche.**

**11. Après l'avoir filtrée à l'aide d'une passoire, laissez-la refroidir Versez-la dans une sorbetière.**

**12. Formez de jolies quenelles de crème glacée à l'aide d'une cuillère, présentez-les sur des assiettes.**

# Crème glacée au yaourt,

## COULIS DE MÛRES, PAIN DE GÊNES

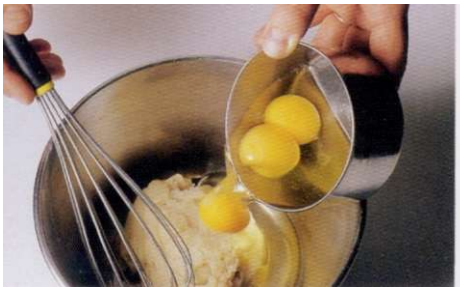
POUR 4 PERSONNES

Pour la crème glacée au yaourt
425 g de yaourt
8 cl de crème fraîche
25 g de sirop de glucose
1 citron non traité
80 g de sucre semoule
2 g de stabilisateur pour crème glacée
4 sommités de branches de verveine

Pour le coulis de mûres
300 g de mûres fraîches
Le jus de ½ citron
30 g de sucre semoule

Pour le pain de Gênes
190 g de poudre d'amande
3 œufs
1 citron non traité
1 c. à c. d'eau de fleur d'oranger
16 g de farine
50 g de beurre fondu + pour les moules
20 g d'amandes effilées
20 g de sucre glace (pour la finition)

Préparation du pain de Gênes
Ajoutez les œufs un par un à la poudre d'amande et mélangez à l'aide d'un fouet à main. Lorsque le mélange a pris une consistance blanche et mousseuse, râpez le zeste du citron et ajoutez-le avec l'eau de fleur d'oranger. Incorporez la farine en remuant, puis versez le beurre fondu.



**1. Tout en remuant énergiquement à l'aide d'un fouet à main, ajoutez les oeufs un à un à la poudre d'amande.**

**2. Lorsque le mélange est devenu blanc et mousseux, incorporez le zeste de citron râpé.**

**3. Ajoutez l'eau de fleur d'oranger.**

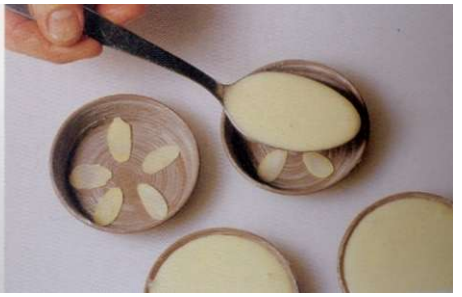
## Eau de fleur d'oranger

Également appelée eau de fleur de bigaradier, cette solution au délicat parfun est utilisée pour aromatiser les pâtisseries.

Beurrez des moules de 8 cm de diamètre, disposez sur le fond de chacun d'eux 5 pétales d'amande effilées puis versez la pâte dessus en la répartissant équitablement.

**4. Ajoutez la farine et le beurre fondu, mélangez avec soin.**

**5. Disposez les pétales d'amande dans le fond des moules beurrés.**



**6. Répartissez dans les moules la pâte à pain de Gênes.**

Préparation du coulis de mûre
Ajoutez aux mûres le jus de citron et le sucre semoule, puis fouettez le mélange avec un mixeur plongeant. Passez au chinois et réservez au réfrigérateur.

**Préparation de la crème glacée au yaourt**
Râpez le zeste du citron. Mélangez le yaourt et la crème fraîche, ajoutez le sirop de glucose, le zeste râpé, le sucre semoule et le stabilisateur. Battez soigneusement ce mélange avec un fouet à main. Laissez reposer 20 min, filtrez et faites prendre en glace dans une sorbetière.

**7. Ajoutez le sucre semoule et le jus de citron aux mûres, fouettez le tout avec un mixeur plongeant.**

**8. Passez le coulis au chinois.**

**9. Mélangez le yaourt et la crème, incorporez le sirop de glucose, le zeste de citron râpé, le sucre et le stabilisateur.**

Cuisson du pain de Gênes
Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Déposez les moules dans le four chaud et faites cuire 10 min.

Présentation
Déposez sur les assiettes des quenelles de crème glacée et décorez avec des feuilles de verveine. Versez un peu de coulis de mûre entre les quenelles et accompagnez de pain de Gênes saupoudré de sucre glace.

Sur la photo de la p. 351, l'assiette a d'abord été entièrement nappée de coulis. Puis on a déposé à l'aide d'une poche à douille une guirlande de petits points de yaourt autour du coulis. Ces points ont ensuite été étirés à l'aide d'une pique en bambou pour réaliser ce motifen gouttes d'eau.

**10. Après avoir filtré la préparation, versez celle-ci dans une sorbetière.**

**11. Disposez la crème glacée en forme de quenelles sur les assiettes, décorez de feuilles de verveine. Saupoudrez de sucre glace les pains de Gênes sortis du four.**

**12. Déposez du coulis de mûre entre les quenelles.**

# Soupe de fruits au vin rouge

## ET À LA MENTHE

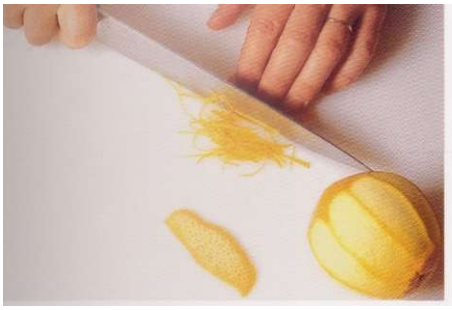
POUR 4 PERSONNES

1 bouteille de vin rouge corsé de type Gigondas ou Cahors
8 oranges non traitées
½ citron
1 c. à c. de thé de Ceylan
10 feuilles de menthe
10 g de Maïzena®
200 g de sucre
100 g de chair d'ananas
250 g de fraises
20 cerises bien rouges
80 g de framboises

**Lavez** soigneusement 1 orange et prélevez le **zeste** sans entamer la peau blanche. Émincez ce **zeste** en bâtonnets de 3 cm de long sur 1 mm de large (julienne).

Mettez de l'eau dans une petite casserole et ajoutez-y le jus de Vi citron. Portez à ébullition, plongez-y les bâtonnets de zeste et faites bouillir de nouveau. Égouttez et rafraîchissez à l'eau froide.

Enveloppez 6 feuilles de menthe et le thé dans un petit carré de gaze et fermez avec de la ficelle de cuisine.



**1. Prélevez le zeste de 1 orange sans entamer la peau blanche, émincez le zeste en julienne.**

**2. Jetez la julienne d'écorce d'orange dans de l'eau bouillante additionnée de jus de citron, faites bouillir à nouveau, égouttez et rafraîchissez.**

**3. Enfermez le thé et les feuilles de menthe dans un carré de gaze.**

Délayez la Maïzena® dans 2 c. à s. d'eau froide. Versez le vin rouge dans une casserole et faites chauffer. A ébullition, flambez le vin pour en supprimer l'acidité. Ajoutez les bâtonnets de zeste d'orange et faites réduire de moitié.

Ajoutez le sucre et faites bouillir encore 2 min. Liez la préparation en y incorporant la Maïzena® délayée.

**4, Mettez le vin rouge dans une casserole, portez à ébullition.**

**5. Ajoutez les bâtonnets de zeste d'orange blanchis, faites réduire de moitié.**

## Gigondas

Ce vin rouge corsé est issu de vignobles qui s'étendent aux alentours du petit village de Gigondas en Provence. C'est l'une des appellations d'origine contrôlée de la région des Côtes-du-Rliône.

## Cahors

D'une couleur très sombre qui se rapproche du noir, riche en tanins, ce vin de garde vieillit très bien et bénéficie lui aussi d'une appellation d'origine contrôlée.

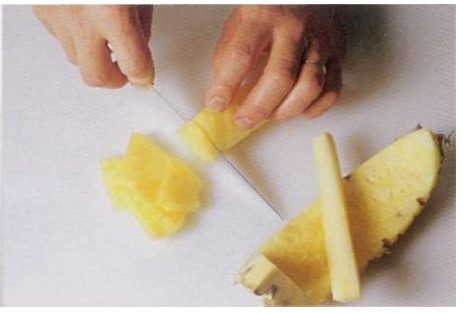
**6. Incorporez la Ma'izena® délayée dans de l'eau pour épaissir la sauce au vin.**

**7. Ajoutez le petit sachet de thé et de menthe au vin rouge, laissez reposer jusqu'à refroidissement afin que le parfum infuse.**

Jetez le petit sachet de thé et de menthe dans la sauce au vin rouge chaude et retirez du feu. Laissez refroidir à température ambiante, puis mettez au réfrigérateur.
Pelez le reste des oranges à vif, en supprimant toute la partie blanche de la peau et en entamant la pulpe. Détachez les quartiers en éliminant les membranes intérieures. Laissez-les égoutter dans une passoire.

Lavez rapidement les fraises, ôtez-en le pédoncule et coupez-les en quatre. Détaillez le quartier d'ananas en tranches de 1 cm d'épaisseur.

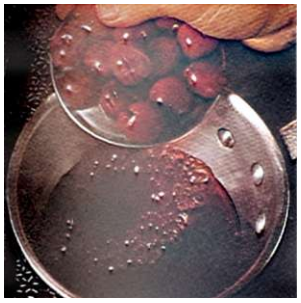
**8. Pelez les oranges à vif, détachez les quartiers. Supprimez le pédoncule des fraises, coupez-les en quatre.**



**9. Coupez l'ananas en tranches de 1 cm d'épaisseur.**

Équeutez et dénoyautez les cerises. Versez un peu de la préparation au vin rouge dans une casserole et faites-v cuire les cerises à feu doux. Laissez refroidir au réfrigérateur.

Disposez les fruits dans des coupelles et arrosez-les de sauce au vin rouge. Parsemez de zeste d'orange et décorez avec le reste des feuilles de menthe. Servez bien frais.



**10. Faites cuire les cerises dénoyautées dans un peu de préparation au vin rouge.**

**11. Déposez les fruits dans des coupelles et versez dessus un peu de sauce au vin rouge.**

**12. Garnissez de zeste d'orange et de feuilles de menthe.**

# Savarin glacé au kirsch

POUR 4 PERSONNES

500 g de cerises
Le jus de ½ citron
20 g de sucre
10 g de Maïzena®
Un peu de yaourt pour la décoration
50 g de confiture d'abricots

Pour la pâte à savarin
95 g de farine
1 œuf
1 c. à c. de sucre
1 pincée de sel
4 g de levure fraîche de boulanger
4 cl de lait
25 g de beurre noisette (voir p. 459)
30 g de griottes au kirsch

Pour le sirop
50 cl d'eau
150 g de sucre
Le zeste de 1 citron non traité
Le zeste de 1 orange non traitée
1 tige de citronnelle
1 gousse de vanille
1 bâton de cannelle
1 anis étoilé
15 cl de jus d'ananas

Pour la crème glacée au kirsch
25 cl de lait
20 g de sirop de glucose
80 g de sucre
3 jaunes d'œufs
2 g de stabilisateur à glace
12,5 cl de crème fraîche
3 cl de kirsch

Confection du **sirop**

**Portez à ébullition l'eau et le sucre, puis ajoutez les zestes de citron et d'orange, la citronnelle, la gousse de vanille, le bâton de cannelle et l'anis étoilé. Retirez du feu, couvrez et laissez infuser 30 min.**

**Ajoutez le jus d'ananas au sirop et filtrez celui-ci dans une passoire fine.**

1. Amenez **à ébullition le sucre et l'eau, ajoutez** les zestes **de citron et d'orange, la citronnelle, la vanille, la cannelle et l'anis étoilé.**

**2. Laissez infuser le sirop 30 min hors du feu, puis ajoutez le jus d'ananas.**

**3. Filtrez au travers d'une passoire fine.**

Citronnelle

C'est **une plante à la saveur citronnée, dont** Les feuilles, **les tiges et les bulbes sont utilisés** comme **épice, notamment dans la cuisine thaïlandaise.**

**Préparation de la crème glacée au kirsch**
**Mélangez le lait, le sirop de glucose et la moitié du sucre. Portez à ébullition.**
**Mettez les jaunes d'œufs dans un saladier avec le stabilisateur à glace et le reste du sucre. Travaillez avec un fouet à main jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Versez peu à peu le lait chaud en remuant, remettez sur le feu et faites cuire comme une crème anglaise. Retirez du feu et incorporez la crème fraîche.**

**Lorsque la préparation a complètement refroidi, versez le kirsch puis passez au chinois. Réservez au réfrigérateur.**

**4. Versez le lait chaud petit à petit sur les jaunes d'œufs battus.**

**5. Ajoutez le kirsch à la préparation pour la crème glacée, une fois refroidie.**

Confection d'un coulis de cerise
Équeutez et dénoyautez les cerises puis mettez-en 400 g dans une casserole. Ajoutez le jus de citron et le sucre, couvrez et faites cuire jusqu'à ce que les cerises soient tendres. Filtrez à travers un chinois au-dessus d'une casserole, en pressant légèrement les cerises de manière à en recueillir le jus.

**6. Arrosez de jus de citron les cerises dénoyautées.**

**7. Ajoutez le sucre et laissez cuire les cerises jusqu'à ce qu'elles soient très tendres.**

Délayez la Maïzena® dans 2 c. à s. d'eau froide. Incorporez-la à 30 cl de jus de cerise obtenu, puis portez à ébullition en remuant. Laissez refroidir, passez au chinois et réservez le coulis au réfrigérateur.

**8. Récupérez le jus des cerises en pressant avec une spatule.**

**9. Mélangez la Maïzena® délayée dans un peu d'eau à 30 cl de jus de cerise.**

**Confection** de la pâte à **savarin**
Mélangez dans un saladier la farine, l'œuf, le sucre et le sel. Délayez la levure dans le lait tiède et ajoutez-la. Pétrissez la pâte énergiquement pendant 2-3 min, ajoutez le beurre noisette et travaillez à nouveau le mélange pendant 2 min. Coupez les griottes en petits morceaux et incorporez-les à la pâte à savarin.
Répartissez la pâte dans 4 petits moules à savarin beurrés et laissez lever à température ambiante jusqu'à ce que la pâte double de volume.

**10. Pour la pâte à savarin, mélangez la farine, l'œuf, le sucre et le sel, ajoutez le lait tiède avec la levure.**

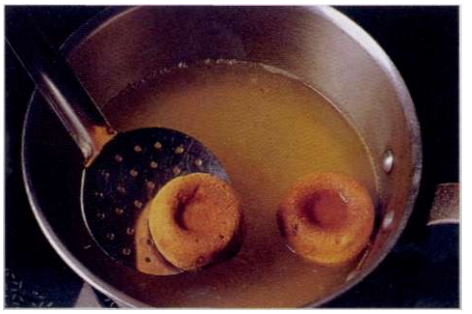
**11. Travaillez la pâte jusqu'à ce qu'elle prenne la même consistance que sur la photo ci-dessus, incorporez les griottes coupées en morceaux.**

**12. Répartissez la pâte dans de petits moules à savarin, laissez doubler de volume.**

Préchauffez le four **à** 180 **°C** (th. 6). Lorsque la pâte à savarin a doublé de volume, mettez les moules dans le four chaud et laissez cuire 8 min environ. Sortez les moules du four et démoulez immédiatement les gâteaux.

Finition
Faites tiédir le sirop et laissez-y tremper les savarins. Faites prendre la crème au kirsch en glace dans une sorbetière.
Nappez les assiettes de coulis de cerise, et garnissez le pourtour du nappage de petites perles de yaourt.

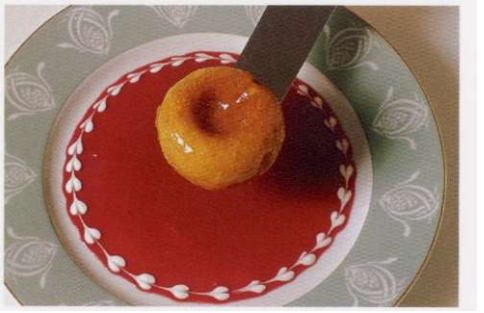
13. Lorsque les savarins ont cuit au four à 180 °C pendant 8 min, démoulez-les.



**14. Faites tremper les savarins dans le sirop représenté sur la photo n° 3.**

**15. Nappez les assiettes de coulis de cerise et déposez tout autour des petites perles de yaourt. Étirez-les à l'aide d'une pique en bambou.**

Faites tiédir la confiture d'abricots pour la détendre. Egouttez les savarins, glacez-les avec la confiture d'abricots puis déposez-les sur les assiettes. Coupez en deux le reste des cerises, réchauffez-les légèrement dans un peu de coulis et disposez-en 5 sur chaque assiette. Ornez les savarins d'un dôme de crème glacée au kirsch à l'aide d'une poche à douille, et servez immédiatement.



**16. Pour les glacer, enrobez les savarins égouttés de confiture d'abricots détendue et déposez-les sur les assiettes.**

**17. Coiffez les savarins de crème glacée au kirsch à l'aide d'une poche à douille.**

# Feuillantine au chocolat

## ET À LA CANNELLE

POUR 4 PERSONNES

Pour les plaques de chocolat
100 g de chocolat noir concassé
100 g de chocolat blanc concassé

Pour la mousse au chocolat
30 cl de crème fraîche
200 g de chocolat noir concassé
½ c. à c. de cannelle en poudre
1 c. à s. de cacao

Pour la décoration
20 cl de crème anglaise à la pistache (voir p. 384)
4 griottes au kirsch
Les sommités de 4 brins de menthe

Pour la sauce au chocolat
6 cl d'eau
1 c. à c. de cacao
60 g de chocolat (noir amer de Valrhona®) concassé
10 g de beurre

**Préparation des plaques de chocolat**

Faites fondre séparément au bain-marie le chocolat noir et le chocolat blanc. Portez d'abord le chocolat noir à une température de 55 °C, puis abaissez la température à 29 °C, avant de la faire remonter à 31 °C. Faites chauffer le chocolat blanc à 45 °C, abaissez la température à 26 °C, et faites-la remonter à 29 °C.

Sur une feuille de plastique, versez alternativement des cordons de chocolat noir et de chocolat blanc. Étalez-les en une couche fine à l'aide d'une spatule de manière à obtenir des marbrures.

**1. Faites fondre le chocolat blanc et le chocolat noir séparément au bain-marie.**

**2. Versez alternativement un ruban de chaque type de chocolat fondu sur une feuille de plastique.**

**3. Étalez les 2 chocolats en une couche mince à l'aide d'une spatule métallique de manière à obtenir des marbrures.**

À l'aide d'un emporte-pièce de 7,5 cm de diamètre, imprimez la marque de 12 cercles sur la plaque de chocolat, puis laissez-la refroidir et durcir au réfrigérateur.

Lorsque la plaque s'est solidifiée, détachez très délicatement les 12 disques de chocolat. Pendant la manipulation, veillez à ne pas toucher la face brillante du chocolat.

Confection de la mousse au chocolat

Portez 10 cl de crème fraîche à ébullition, puis versez-la sur le chocolat concassé en remuant doucement avec un fouet à main pour le faire fondre. Incorporez ensuite la cannelle et le cacao.

**4. Lorsque la plaque sur laquelle sont imprimés des cercles de 7,5 cm de diamètre a durci, finissez très délicatement de découper et de détacher les disques.**

**5. Faites fondre le chocolat réservé à la mousse en versant dessus la crème fraîche portée à ébullition.**

**6. Incorporez la cannelle et le cacao.**

Battez vigoureusement le reste de crème fraîche pour obtenir de la crème fouettée, et mélangez-la petit à petit au chocolat pour confectionner la mousse. Réservez au réfrigérateur.

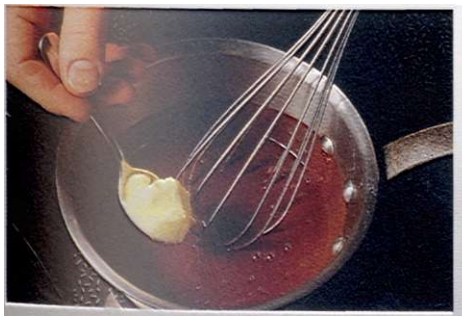
Préparation de la sauce au chocolat
Portez à ébullition 6 cl d'eau, ajoutez le cacao et mélangez avec le fouet à main. Ajoutez le chocolat concassé, laissez-le fondre, retirez du feu et ajoutez le beurre. Passez au chinois et réservez à température ambiante.
Préparez la crème anglaise à la pistache (voir p. 384).

7. Fouettez le reste de la crème fraîche pour obtenir une crème fouettée bien ferme.

8. Incorporez la crème fouettée au chocolat.

9. Pour la sauce, mélangez le cacao à l'eau bouillante, ajoutez le chocolat concassé pour le faire fondre.

Finition des feuillantines
Pour réaliser l'assemblage des feuillantines, prenez soin de superposer les disques de façon à ce que la face brillante soit toujours au-dessus. Commencez par poser sur une plaque 4 disques servant de base. Remplissez de mousse une poche munie d'une douille en forme d'étoile et déposez l'équivalent d'une cuillerée de mousse sur chacun des 4 disques. Déposez par-dessus un deuxième disque de chocolat, garnissez-le de mousse de la même façon, puis coiffez le montage d'un troisième et dernier disque. Nappez les assiettes de crème anglaise à la pistache, déposez les feuillantines au centre et surmontez-les d'une griotte et d'une sommité de menthe. Déposez ensuite autour de la crème à la pistache une guirlande de petites perles de sauce au chocolat à l'aide d'un cornet en papier, étirez-les avec une pique en bambou pour dessiner des motifs en forme de coeur.



10. Retirez du feu et incorporez le beurre.

**11. Commencez à monter les feuillantines en déposant à l'aide d'une poche à douille un dôme de mousse au chocolat sur 4 disques.**

**12. Garnissez le tour de la crème à la pistache d'une guirlande de petites perles de sauce au chocolat avec un cornet en papier, dessinez des motifs en forme de cœur en les étirant avec une pique en bambou.**

# Fondant au chocolat

## AUX GRIOTTES

POUR 6 PERSONNES

100 g de chocolat amer Guanaja à 70 % de cacao
18 cl de crème fraîche
72 à 75 griottes au kirsch dénoyautées
50 g de cacao

Pour la sauce au chocolat
1 c. à c. de cacao
5 cl d'eau
60 de chocolat noir amer
20 g de beurre

**Préparation du fondant au chocolat**
**Concassez** le chocolat. Portez à ébullition 8 cl **de** crème fraîche, ajoutez le chocolat concassé et **retirez** du feu. Mélangez avec un fouet à main **jusqu**'à ce que le chocolat soit lisse et homogène.

Montez le reste de la crème fraîche en chantilly sans lui donner une consistance trop ferme.

**1. Mélangez la crème fraîche portée à ébullition avec le chocolat concassé.**

**2. Fouettez le reste de la crème fraîche en chantilly en veillant à ce qu'elle ne soit pas trop ferme.**

Lorsque le chocolat a refroidi jusqu'à atteindre la température corporelle, ajoutez la crème fouettée et mélangez à la spatule. Alignez sur du papier cuisson des cercles en inox de 10 cm de diamètre.

3. Ajoutez **la crème fouettée au chocolat lorsque celui-ci a atteint 37 °C environ. Sur une feuille de papier cuisson, déposez des cercles en inox de 10 cm de diamètre.**

**4. Incorporez délicatement la crème fouettée à la spatule.**

Répartissez la moitié de la préparation au chocolat dans les cercles.
Réservez 36 griottes pour la décoration. Disposez le reste dans les cercles en inox sur la première couche de chocolat. Versez dessus le reste de la préparation au chocolat et lissez la surface. Laissez refroidir au moins 2 h au réfrigérateur.

5. Répartissez la moitié de la pâte au chocolat dans les cercles en inox, puis déposez dessus des griottes.

6. Recouvrez avec le reste de la pâte et lissez la surface.

**Confection de la sauce au chocolat**
Concassez le chocolat. Mélangez le cacao avec 5 cl d'eau et portez à ébullition. Ajoutez le chocolat concassé et donnez un bouillon tout en mélangeant avec un fouret à main. Retirez du feu, incorporez le beurre en remuant énergiquement. Passez au chinois étamine.

**7. Mettez le cacao dans l'eau et portez à ébullition.**

**8. Ajoutez le chocolat en petits morceaux, portez de nouveau à ébullition pour le faire fondre tout en mélangeant avec un fouet à main.**

**9. Retirez du feu, incorporez le beurre en remuant énergiquement.**

Une fois que les fondants au chocolat ont refroidi et durci, retirez les cercles en inox. Saupoudrez les fondants de cacao et coupez-les en 6 parts.

Présentation
Disposez 3 parts de fondant au chocolat sur chaque assiette et surmontez-les d'une griotte. Versez de la sauce au chocolat entre les parts et garnissez également d'une griotte.

**10. Retirez des cercles en inox les fondants au chocolat froids et saupoudrez-les de cacao.**

**11. Partagez les fondants en 6 portions, disposez-en 3 sur chaque assiette. Déposez une griotte sur chaque part en guise de décoration.**

**12. Versez de la sauce au chocolat entre les parts de fondant.**

# Croquant aux poires à l'anis

POUR 4 PERSONNES

Pour la pâte feuilletée
150 g de farine
50 g + 115 g de beurre
3 g de sel
6 cl d'eau

Pour le sirop
25 cl d'eau
50 g de sucre
½ gousse de vanille
2 fleurs d'anis étoilé

Pour la crème pâtissière
12,5 cl de lait
½ gousse de vanille
1 jaune d'œuf
20 g de sucre
6 g de farine
6 g de Maïzena®
20 g de beurre

Pour le caramel
25 g de sucre
2,5 cl d'eau

Pour la garniture et le coulis de poire
2 grosses poires bien mûres
1 c. à s. de beurre clarifié (voir p. 455)
2 c. à s. de jus de citron
½ c. à s. d'eau-de-vie de poire
Les graines de ½ gousse de vanille

Sucre glace
Feuilles de menthe

**Préparation** de la pâte feuilletée
Faites dissoudre le sel dans l'eau et ajoutez 50 g de beurre fondu. Versez sur la farine et mélangez rapidement tous les ingrédients, puis formez une boule avec la pâte et laissez-la reposer 30 min au réfrigérateur.

Après le temps de repos, abaissez la pâte en forme de croix.

**1. Après avoir délayé le sel dans l'eau, ajoutez le beurre fondu et incorporez ce mélange à la farine.**

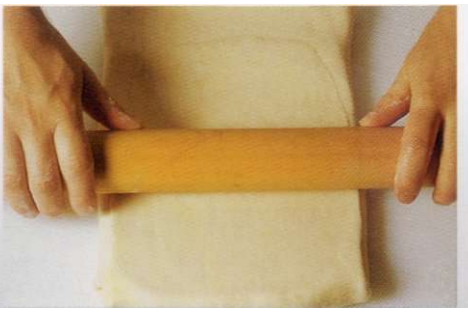
**2. Mélangez rapidement, rassemblez la pâte en forme de boule et laissez-la reposer au réfrigérateur.**

**3. Lorsque la pâte a reposé, étalez-la en lui donnant la forme d'une croix.**

Déposez les 115 g de beurre au centre de l'abaisse de pâte, et rabattez-en les quatre pans de manière à recouvrir et envelopper le beurre. Étalez de nouveau la pâte en un rectangle trois fois plus long que large, et pliez-le en trois, en veillant à ce que les bords se superposent très exactement. Ensuite, tournez la pâte de 90 abaissez-la à nouveau en un rectangle trois fois plus long que large, et repliez-le à nouveau en trois, toujours en veillant à ce que les bords se superposent très exactement. Laissez reposer la pâte 1 h au réfrigérateur.

Sortez la pâte du réfrigérateur et répétez à deux reprises la même opération, qui consiste à abaisser la pâte en un rectangle trois fois plus long que large et à le replier en trois, en le tournant de 90 ° à chaque fois. Puis laissez reposer la pâte encore 1 h au réfrigérateur. Répétez la même opération une dernière fois, et étalez la pâte sur 2 mm d'épaisseur. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).

**4. Déposez le morceau de beurre au centre de la croix et recouvrez-le avec les quatre pans de pâte.**



5. Étalez ensuite la pâte en un rectangle trois fois plus long que large.

6. Repliez la pâte en trois.

Déposez sur une plaque de cuisson la pâte abaissée sur 2 mm, mettez-la dans le four chaud et faites-la cuire 10 min. Pour éviter que la pâte gonfle pendant la cuisson, couvrez-la d'une deuxième plaque avant de l'enfourner.

**7. Au moment de plier la pâte en trois, veillez à ce que les bords se superposent très précisément.**

**8. Après avoir répété trois fois l'opération consistant à plier la pâte en trois, étalez-la sur 2 mm d'épaisseur.**

**9. Une fois la pâte cuite, sortez-la du four et saupoudrez-la immédiatement de sucre glace.**

Lorsque la pâte est cuite, sortez-la du four et saupoudrez-la de sucre glace sans attendre. Passez-la à la salamandre ou sous un gril chaud pour qu'elle prenne une belle couleur dorée. Découpez la pâte feuilletée en 8 rectangles légèrement obliques, et réservez-les dans un endroit sec.

Confection du sirop
Mettez l'eau et le sucre dans une casserole et portez le mélange à ébullition. Retirez du feu, ajoutez *'A* gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur et l'anis étoilé. Couvrez et laissez infuser 20 min. Passez au chinois.

**10. Faites dorer la pâte à la salamandre.**

**11. Coupez la pâte en 8 rectangles légèrement obliques.**

**12. Faites infuser la vanille et l'anis étoilé dans le sirop.**

Confection de la crème pâtissière
Mettez le lait et la Vi gousse de vanille dans une casserole puis portez à ébullition. Ajoutez le sucre au jaune d'œuf et fouettez le mélange jusqu'à ce qu'il blanchisse, puis incorporez la farine et la Maïzena®. Délayez avec un peu de lait chaud en fouettant, puis versez le tout dans la casserole de lait. Portez à ébullition en remuant et laissez cuire 2 min. Incorporez le beurre en morceaux hors du feu.

Préparation du caramel
Ajoutez au sucre la moitié de la quantité d'eau et mettez sur le feu. Lorsque le mélange commence à caraméliser, diluez-le avec le reste de l'eau.

**13. Délayez le jaune d'œuf additionné de farine et de Maïzena® avec une petite quantité de lait chaud.**

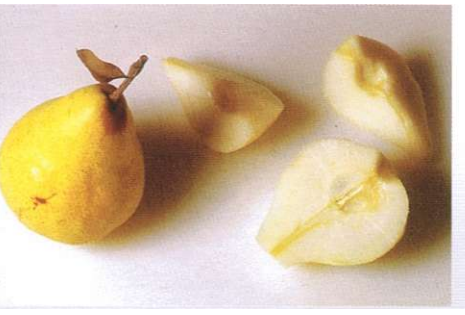
**14. Laissez cuire la crème 2 min, incorporez le beurre hors du feu.**

**15. Dès que le caramel prend une coloration brune, diluez-le avec le reste de l'eau.**

Lorsque le caramel a un peu refroidi, mélangez-le à la crème pâtissière et maintenez à température ambiante.

Préparation de la garniture de poires
Pelez les poires, coupez-en une en quatre et détaillez l'autre en dés. Faites sauter la poire coupée en quatre dans le beurre clarifié, et déglacez avec 10 cl de sirop à l'anis. Gardez au chaud.

16. Ajoutez le caramel à la crème pâtissière.

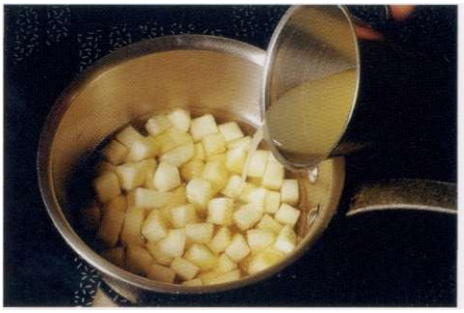


17. Fendez l'une des poires en quatre, puis coupez l'autre en dés.

18. Déglacez avec une partie du sirop à l'anis les quartiers de poire sautés.

Beurre clarifié (18 cl)
Faites fondre à feu doux au bain-marie 250 g de beurre coupé en petits morceaux. Une fois que le beurre a fondu, poursuivez la cuisson à feu moyen. Dès que le beurre se met à crépiter, retirez-le du feu et laissez-le reposer tel quel. Écumez la surface du beurre avant de le filtrer lentement.

Préparation du coulis de poire
Mettez dans une sauteuse la poire coupée en dés avec le jus de citron, versez 12,5 cl de sirop à l'anis et portez à ébullition. Laissez cuire 15 min à feu doux pour obtenir une compote, puis ajoutez la vanille et l'eau-de-vie de poire. Mixez à l'aide d'un mixeur plongeant et passez au chinois étamine.



**19. Versez le sirop sur la poire coupée en dés, poursuivez la cuisson jusqu'à obtenir la consistance d'une compote.**

**20. Ajoutez la vanille et l'eau-de-vie de poire, mixez les fruits en coulis à l'aide d'un mixeur plongeant.**

**21. À l'aide d'une poche à douille, recouvrez 4 feuilletés de crème pâtissière, déposez au-dessus un quart de poire glacée.**

Dressage
Déposez un feuilleté dans chaque assiette et garnissez-le de crème pâtissière au caramel à l'aide d'une poche à douille. Disposez au-dessus un quart de poire glacée, et recouvrez d'un autre feuilleté saupoudré de sucre glace. Décorez avec des feuilles de menthe et versez un peu de coulis de poire de chaque côté.

**22. Disposez sur le dessus un autre feuilleté saupoudré de sucre glace, accompagnez de coulis de poire.**

# Poire caramélisée

## AU MIEL CRÉMEUX

POUR 4 PERSONNES

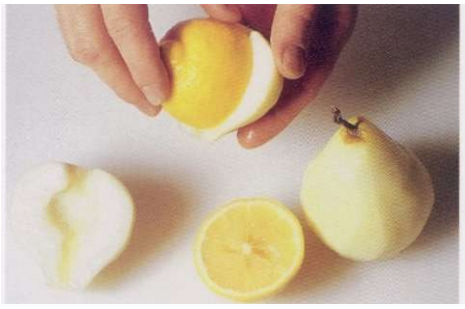
2 poires
1 citron
50 cl d'eau
300 g de sucre
1 gousse de vanille
4 petites feuilles de menthe

Pour la crème glacée au miel
50 cl de lait
12 cl de crème fraîche
250 g de miel crémeux
4 jaunes d'œufs

Pour la sauce au chocolat
100 g de chocolat noir amer
15 cl d'eau
40 g de beurre

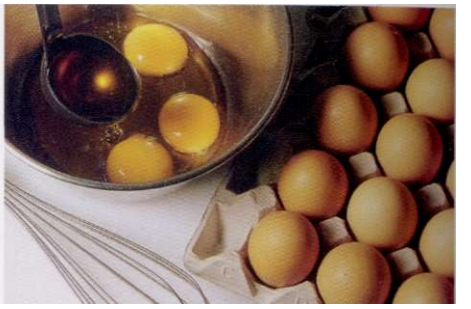
Pelez les poires, coupez-les en deux, retirez le cœur, puis frottez-les avec la moitié du citron. Mettez-les au réfrigérateur.

Portez à ébullition 50 cl d'eau avec 200 g de sucre pour confectionner un sirop. Ajoutez le jus du 1/2 citron et la gousse de vanille.
Jetez les poires dans le sirop et laissez frémir de 20 à 25 min.



**1. Pelez les poires, coupez-les en deux, frottez-les avec ½ citron.**

**2. Mettez les demi-poires dans le sirop, laissez frémir de 20 à 25 min.**



**3. Réunissez le miel et les jaunes d'œufs, battez le mélange à l'aide d'un fouet à main pour qu'il soit homogène.**

Confection de la crème glacée au miel
Portez le lait et la crème à ébullition.
Ajoutez le miel aux jaunes d'œufs et travaillez soigneusement le mélange avec un fouet à main. Versez doucement dessus le lait bouillant sans cesser de remuer.

Reversez le tout dans la casserole et faites cuire en remuant sans cesse au fouet jusqu'à ce que la crème nappe une spatule (82 °C). Retirez du feu et faites refroidir. Versez la crème dans une sorbetière et laissez prendre en glace.

**4. En remuant avec un fouet à main, incorporez progressivement le lait porté à ébullition au mélange de jaunes d'œufs et de miel.**

**5. Mettez la crème sur le feu, faites-la cuire sans cesser de remuer au fouet.**

**6. La crème nappe la spatule. On peut également vérifier que la crème a pris la consistance voulue à l'aide d'un thermomètre qui, à ce stade, doit afficher la température de 82 °C.**

## Miel crémeux

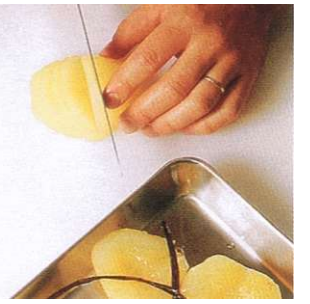
Il s'agit d'une **variété de miel principalement** produite au **Canada. Le miel de trèfle est** de couleur **blanc satiné et de consistance** crémeuse. **Il offre au palais un goût délicat** par sa saveur **douce et légère et un arôme** typique de **caramel au lait parsemé de notes** fruitées. **Il se marie très bien avec les viandes** de porc, **de veau et de volaille. Essayez-le en** glaçager de **fin de cuisson du porc ou d'un** magret.

Confection de la sauce au chocolat
Concassez le chocolat. Mettez l'eau et le chocolat dans une casserole et portez à ébullition en remuant continuellement avec un fouet à main. Dès que le chocolat a fondu, retirez du feu. Ajoutez le beurre en morceaux sans cesser de remuer, puis passez au chinois. Maintenez au chaud.

Égouttez les poires et émincez-les à l'aide d'un couteau à lame fine, de manière à obtenir des tranches d'épaisseur égale, en conservant la forme du fruit.

7. Ajoutez à l'eau le chocolat concassé, faites-le fondre à feu doux.

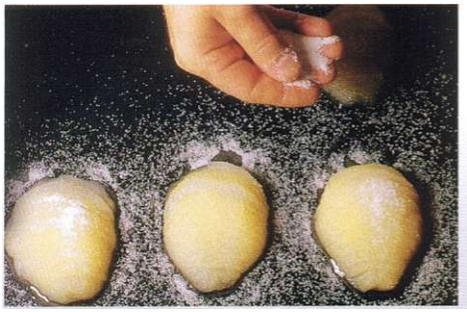
8. Retirez du feu et incorporez le beurre.



**9. Émincez les poires cuites dans le sirop en tranches de même épaisseur.**

Saupoudrez les poires de 100 g de sucre, faites-les caraméliser à la salamandre ou sous un gril chaud.

Dressage
Nappez le centre de chaque assiette d'un cercle de sauce au chocolat. Déposez-y 1/2 poire. Décorez de feuilles de menthe et accompagnez de quenelles de crème glacée au miel crémeux.



**10. Saupoudrez les poires avec 100 g de sucre. Faites-les caraméliser à la salamandre ou sous un gril chaud.**

**11. Nappez chaque assiette de sauce au chocolat, déposez-y 1/2 poire.**

**12. Décorez avec des feuilles de menthe et accompagnez de quenelles de crème glacée au miel crémeux.**

# Turban de pommes
## À LA CANNELLE

POUR 4 PERSONNES

Pour le chemisage des moules à savarin
3 grosses pommes golden
50 g de beurre
40 g de sucre

Pour la garniture
3 grosses pommes golden
½ ananas
30 g de beurre clarifié (voir p. 455)
2 cl de vinaigre de cidre
1 gousse de vanille
30 g de beurre
1 c. à c. de miel
1 g de cannelle en poudre

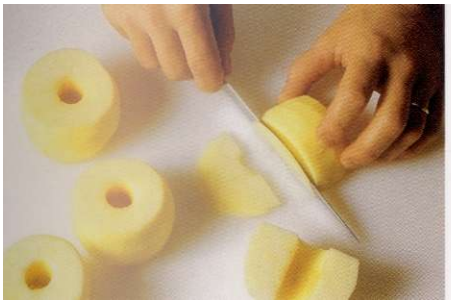
Pour la sauce aigre-douce
40 g de beurre
40 g de sucre
5 cl de vinaigre de cidre
20 cl de jus d'ananas
1 gousse de vanille

Pour la crème glacée à la cannelle
3 jaunes d'œufs
65 g de sucre
20 cl de lait
10 cl de crème fraîche
2 g de cannelle en poudre
15 g de sirop de glucose

Préparation des pommes destinées au chemisage des moules

Pelez les pommes, coupez la base et le sommet et retirez le cœur à l'aide d'un vide-pomme. Coupez-les en deux de haut en bas, puis détaillez-les en tranches de 2 mm d'épaisseur.

Alignez soigneusement les tranches de pomme sur une plaque de cuisson beurrée, enduisez-les de beurre ramolli à l'aide d'un pinceau, puis saupoudrez-les de sucre.



**1. Pelez les pommes, coupez le sommet et la base, évidez-les. Détaillez-les en tranches de 2 mm d'épaisseur.**

**2. Badigeonnez de beurre les tranches de pomme rangées sur une plaque de cuisson beurrée.**

**3. Saupoudrez uniformément les pommes de sucre.**

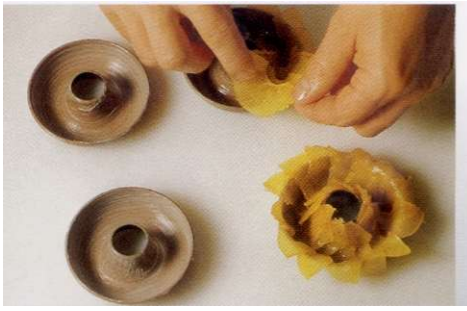
Mettez la plaque de cuisson dans une salamandre ou sous un gril chaud et faites dorer les pommes. Lorsqu'elles sont cuites, sortez-les et laissez-les refroidir.

Enduisez de beurre des petits moules à savarin puis garnissez les parois intérieures de tranches de pomme en les faisant se chevaucher légèrement.

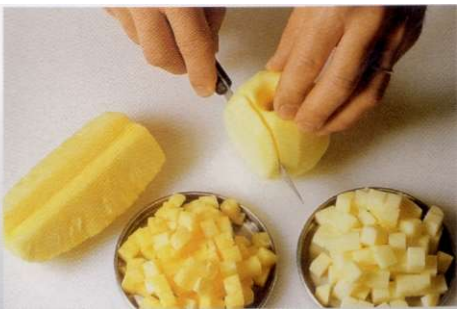
**Préparation de la garniture**

Pelez les pommes et supprimez les cœurs. Pelez l'ananas et retirez le cœur dur. Détaillez les pommes et l'ananas en dés de 8 mm environ.

4. Faites colorer les pommes à la salamandre.



**5. Tapissez de tranches de pomme l'intérieur de 4 petits moules à savarin en les faisant légèrement se chevaucher.**



**6. Coupez en dés de 8 mm les pommes et l'ananas destinés à la garniture.**

Faites chauffer le beurre clarifié dans une poêle, jetez-y d'abord les dés d'ananas, faites-les sauter, puis ajoutez les dés de pomme. Lorsque les morceaux de pomme sont dorés, versez le vinaigre de cidre et laissez cuire quelques minutes.

Fendez la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur, prélevez-en les graines, et mélangez-les à 30 g de beurre pour préparer un beurre vanillé.

**7. Faites revenir l'ananas dans le beurre clarifié, ajoutez les dés de pomme.**

**8. Arrosez de vinaigre de cidre, laissez cuire quelques minutes.**

**9. Incorporez les graines de vanille au beurre de manière à obtenir du beurre vanillé.**

Ajoutez le beurre vanillé aux fruits poêlés, incorporez 1 c. à c. de miel puis saupoudrez de cannelle en poudre. Retirez du feu et réservez sur une assiette.

10. Ajoutez le beurre vanillé à la pomme et à l'ananas poêlés.

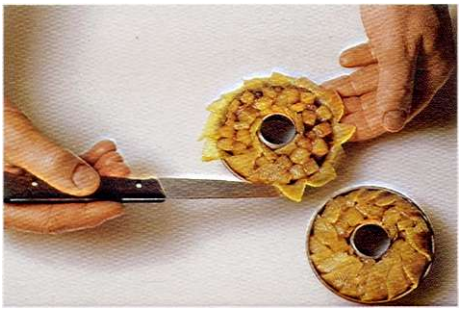
11. Ajoutez le miel, mélangez.

12. Saupoudrez de cannelle en poudre.

Remplissez les moules à savarin chemisés de pomme avec la garniture pomme-ananas et rabattez vers l'intérieur l'extrémité des tranches de pomme qui débordent.

**Confection de la sauce aigre-douce**
Placez le beurre et le sucre dans une petite casserole et mettez sur le feu. Lorsque le mélange devient mousseux et prend une coloration blonde, versez le vinaigre de cidre.

**13. Remplissez de garniture aux fruits les moules à savarin chemisés avec les tranches de pomme.**



**14. Rabattez vers l'intérieur l'extrémité des tranches de pomme qui dépassent des moules.**

**15. Réunissez le beurre et le sucre destinés à la sauce aigre-douce dans une casserole, portez à ébullition. Dès que le mélange devient mousseux et blondit, ajoutez le vinaigre de cidre.**

Fendez la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur et retirez les graines. Versez le jus d'ananas dans la sauce. Ajoutez les graines de vanille et la gousse puis faites réduire de moitié. Passez au chinois.

**Préparation de la crème glacée** à **la cannelle**
Versez dans un saladier les jaunes d'oeufs et le sucre, battez au fouet à main jusqu'à ce que le mélange devienne mousseux.
Mélangez le lait, la cannelle en poudre et le sirop de glucose, portez à ébullition. Versez le lait chaud sur les jaunes d'œufs sucrés en remuant soigneusement au fouet.

Transvasez la préparation dans une casserole et faites chauffer, en remuant, jusqu'à 82 "C comme pour une crème anglaise. Lorsque la crème a atteint la température voulue, filtrez-la, puis incorporez la crème fraîche. Faites prendre en glace à la sorbetière, puis réservez la crème glacée au congélateur.

16. Versez le jus d'ananas dans la sauce.

17. Réunissez le lait, la cannelle et le sirop de glucose prévus pour la crème glacée, portez le mélange à ébullition.

18. Versez doucement le lait chaud sur les jaunes d'œufs battus, en remuant au fouet à main.

**Finition**

Préchauffez le four à 150 °C (th. 5). Mettez les turbans de pomme dans le four pendant 8 min.

Démoulez les turbans de pomme, disposez-les sur des assiettes tièdes et arrosez-les de sauce aigre-douce bien chaude. Puis, à l'aide d'une poche munie d'une douille de 1,2 cm de diamètre, garnissez-les d'une spirale de crème glacée à la cannelle. Servez aussitôt.

**19. Faites cuire jusqu'à ce que la crème nappe la spatule.**

**20. Démoulez les turbans sur des assiettes tiédies, arrosez-les de sauce chaude.**

**21. Surmontez les turbans de pomme d'une volute de crème glacée à la cannelle.**

# Chaud-froid de pomme

## À LA PISTACHE

POUR 4 PERSONNES

4 pommes golden
½ citron
40 g de beurre clarifié (voir p. 455)
1 c. à c. de cannelle en poudre

Pour la sauce au chocolat
50 g de chocolat noir amer
5 cl d'eau
1 c. à c. de cacao
10 g de beurre

Pour la crème anglaise à la pistache
20 cl de lait
1 gousse de vanille
20 g de pâte de pistache
2 jaunes d'œufs
40 g de sucre

Préparation de la crème anglaise à la pistache
Portez le lait à ébullition, ajoutez la gousse de vanille et retirez du feu. Laissez infuser 10 min, ajoutez la pâte de pistache et mélangez soigneusement.

**1. Ajoutez la pâte de pistache au lait parfumé à la vanille, remuez pour qu'elle se dissolve.**

**2. Ajoutez le sucre aux jaunes d'œufs et faites blanchir le mélange au fouet à main.**

**3. Versez un peu de lait chaud à la pistache sur les jaunes d'œufs en fouettant.**

Mettez les jaunes d'œufs et le sucre dans un saladier et fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Versez dessus un peu de lait chaud à la pistache tout en remuant, reversez le tout dans la casserole de lait, puis faites cuire en remuant jusqu'à ce que la crème nappe la spatule. Filtrez dans une passoire fine et réservez au frais.

4. Ajoutez le mélange de jaunes d'ceufs dans la casserole de lait, mélangez, mettez sur le feu sans cesser de remuer.

5. Dès que le mélange a épaissi, vérifiez la consistance de la crème sur la spatule.

6. Filtrez la crème au-dessus d'un saladier à travers une passoire fine.

Confection de la sauce au chocolat
**Concassez le chocolat. Versez 5 cl d'eau et le cacao dans une petite casserole. Mélangez et portez à ébullition tout en remuant au fouet. Retirez du feu et incorporez le chocolat.**

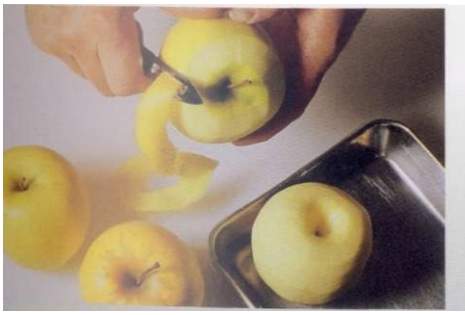
Remettez sur le feu, portez de nouveau à ébullition, puis incorporez 10 g de beurre hors du feu. Passez au chinois étamine et gardez à température ambiante.

**7. Ajoutez le cacao à l'eau, portez à ébullition.**

**8. Ajoutez hors du feu le chocolat concassé, remettez la casserole sur le feu, portez à ébullition.**

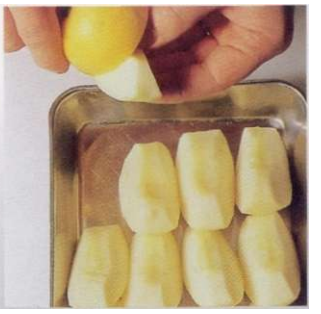
**9. Retirez du feu, incorporez le beurre au chocolat.**

Préparation des pommes
Pelez les pommes, coupez chacune en 5 parties de haut en bas et retirez le trognon. Frottez-les avec le V2 citron.



10. **Épluchez les pommes.**

11. Coupez-les en cinq et supprimez le trognon.



12. Frottez chaque morceau de pomme avec du citron.

Lorsque la crème anglaise à la pistache est froide, nappez-en les assiettes et mettez celles-ci au réfrigérateur.

Faites chauffer le beurre clarifié dans une poêle et faites-y dorer les tranches de pomme à feu moyen, 2 min sur chaque face. Saupoudrez de cannelle, vérifiez le degré de cuisson avec la pointe d'un couteau, puis retirez les tranches de pomme et réservez-les sur une assiette.

**13. Nappez les assiettes de crème anglaise à la pistache.**

**14. Faites chauffer le beurre clarifié dans une poêle.**

**15. Alignez les tranches de pomme dans la** poêle, **faites-les colorer à feu moyen 2 min de** chaque **côté.**

Présentation
Mettez la sauce au chocolat dans un cornet en papier et versez un filet de sauce au chocolat en forme de spirale sur toute la surface nappée de crème anglaise à la pistache. A l'aide d'une pique en bambou, dessinez une étoile en étirant le cordon de chocolat alternativement du centre vers l'extérieur et de l'extérieur vers le centre de l'assiette. Pour terminer, disposez dessus les tranches de pomme.

16. Saupoudrez les pommes de cannelle.

17. Tracez une spirale de sauce au chocolat sur la crème anglaise à la pistache.

18. Déposez les tranches de pomme sur les motifs de sauce au chocolat.

# Tarte aux pommes

## CROUSTILLANTE ET RAISINS NOIRS

POUR 4 PERSONNES

Pour la pâte brisée
125 g de farine
75 g de beurre
1 jaune d'œuf
1 pincée de sel

Pour la garniture
5 grosses pommes golden
55 g de farine
55 g de cassonade
45 g de poudre d'amande
45 g de beurre mou
45 g de beurre clarifié (voir p. 455)
1 pincée de cannelle en poudre
6 cl de calvados
100 g de raisins de Corinthe
50 g de sucre glace

Préparation de la pâte brisée
Mélangez la farine et le beurre à la spatule. Ajoutez le jaune d'oeufet le sel délayé dans 2,5 cl d'eau. Travaillez la pâte rapidement, roulez-la en boule et laissez-la reposer 1 h au réfrigérateur.

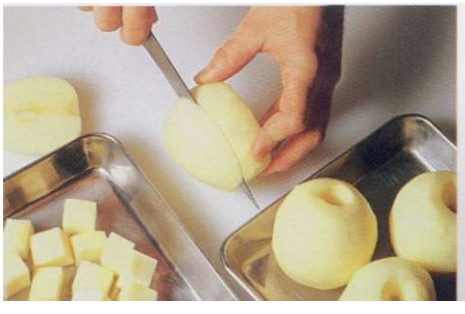
**1. Réunissez dans un saladier la farine et le beurre en morceaux, mélangez à la spatule.**

**2. Lorsque le mélange est homogène, ajoutez le jaune d'œuf et le sel dilué dans de l'eau, travaillez la pâte rapidement.**

**3. Roulez la pâte en boule, laissez-la reposer au réfrigérateur.**

Réalisation de la tarte
Pelez les pommes, retirez les trognons puis coupez-les en dés de 3 cm.

Étalez la pâte brisée sur 2 mm d'épaisseur et utilisez un cercle en inox de 22 cm de diamètre pour obtenir un disque de pâte bien rond.

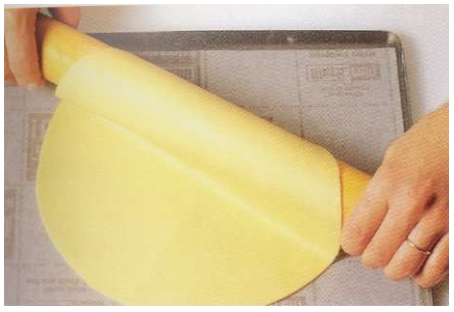


**4. Pelez les pommes, retirez le cœur, taillez-les en dés de 3 cm.**

**5. Abaissez la pâte sur 2 mm d'épaisseur après 1 h de repos.**

**6. Découpez la pâte en lui donnant une forme bien ronde à l'aide d'un cercle en inox.**

Disposez le disque de pâte sur une plaque couverte de papier cuisson, posez le cercle dessus et piquez la pâte à la fourchette.



**7. Enroulez l'abaisse de pâte sur un rouleau à pâtisserie, étendez-la sur une plaque couverte de papier cuisson.**

**8. Posez le cercle en inox sur la pâte. Piquez la pâte avec une fourchette.**

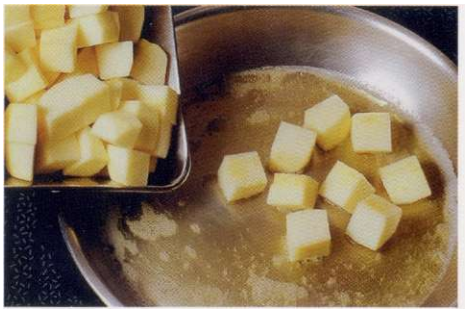
Tamisez la farine, la cassonade et la poudre **d**'amande, mettez-les dans un saladier et mélangez **à** la spatule. Ajoutez le beurre ramolli, mélangez pour obtenir la consistance d'une chapelure grossière et laissez reposer 20 min.

9. Réunissez la farine, la poudre d'amande et la cassonade.

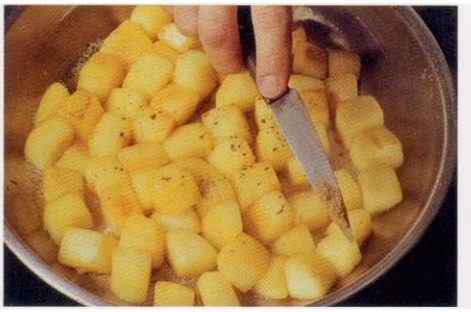
**10. Ajoutez le beurre ramolli.**

**11. Mélangez à la spatule jusqu'à l'obtention d'une consistance de chapelure.**

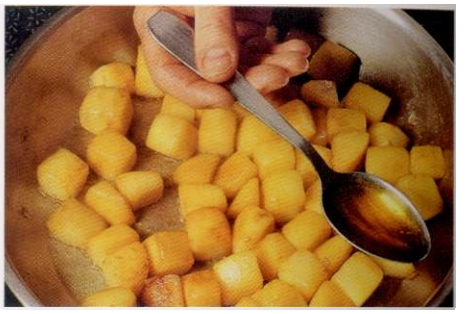
Faites chauffer le beurre clarifié dans une grande poêle. Ajoutez les dés de pomme, saupoudrez de cannelle et faites cuire 10 min jusqu'à ce qu'ils soient bien dorés. Retirez du feu, arrosez de calvados et mélangez soigneusement pour que les pommes absorbent bien le liquide. Les dés de pomme doivent être bien tendres pour être suffisamment cuits, mais il faut éviter qu'ils ne se transforment en purée.



**12. Faites chauffer le beurre clarifié dans une poêle, jetez-y les dés de pomme.**



**13. Saupoudrez les pommes de cannelle et faites-les cuire.**



**14. Lorsqu'elles sont bien dorées, retirez les pommes du feu. Arrosez-les de calvados pour qu'elles s'en imprègnent bien.**

**Cuisson et finition**

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Mettez les raisins dans une casserole d'eau froide, portez à ébullition puis égouttez-les soigneusement.

Disposez régulièrement les dés de pomme sur le fond de tarte et parsemez de raisins de Corinthe.

15. Disposez les dés de pomme sur le fond de tarte.

16. Parsemez les pommes de raisins de Corinthe blanchis.

Couvrez la tarte uniformément du mélange de poudre d'amande, de farine, de beurre et de cassonade, puis retirez le cercle en inox.

Mettez la tarte dans le four chaud et laissez-la cuire de 35 à 40 min, jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée. Sortez-la du four, saupoudrez de sucre glace et servez tiède.

17. Recouvrez toute la surface de la tarte avec le mélange de farine, poudre d'amande, cassonade et beurre.

18. Saupoudrez la tarte cuite de sucre glace.

### Raisins de Corinthe

Il s'agit de petits grains de raisin secs d'un violet très sombre. Ils sont issus d'une variété de raisin dépourvu de pépins, nommée d'après la ville de Corinthe, et produits en Grèce pour la plupart.

# Feuillantine glacée

## AU LAIT D'AMANDE ET AUX POMMES CONFITES

POUR 4 PERSONNES

Pour la pâte à feuillantine
50 g de sucre glace
25 g de beurre mou
1 blanc d'œuf
28 g de farine
4 g de cacao

Pour la crème glacée au lait d'amande
15 cl de lait
15 g de sirop de glucose
1,5 g de stabilisateur pour crème glacée
15 cl de lait d'amande sucré

Pour la sauce
25 g de beurre
25 g de sucre en poudre
10 cl de jus de citron
25 cl de jus d'orange

Pour les pommes confites
2 grosses pommes golden
1,5 citron non traité
200 g de sucre en poudre
1 gousse de vanille
40 g de beurre clarifié (voir p. 455)

Pour la finition
10 g de sucre glace
10 g ce cacao
½ bouquet de menthe

Préparation de la pâte à feuillantine
Mélangez le sucre glace et le beurre mou. Battez le blanc d'œuf à la fourchette pour le liquéfier. Incorporez dans l'ordre au beurre sucré, le blanc d'œuf, la farine et le cacao. Lorsque le mélange a pris une consistance bien homogène, laissez-le reposer au réfrigérateur.

Préparation de la crème glacée au lait d'amande
Portez le lait à ébullition, retirez du feu et ajoutez, dans l'ordre, le sirop de glucose, le stabilisateur et le lait d'amande. Mélangez soigneusement. Passez au chinois, laissez refroidir, mettez dans une sorbetière, puis faites prendre en glace.

Préparation de la sauce
Préparez un caramel blond avec le beurre et le sucre. Lorsque le caramel a une belle coloration blonde, ajoutez le jus de citron. Laissez frémir 1 à 2 min. Ajoutez le jus d'orange et faites réduire de moitié. Retirez l'écume à l'aide d'une petite louche. Maintenez au chaud.

1. Ajoutez l'un après l'autre au mélange de beurre et de sucre glace, le blanc d'œuf, la farine et le cacao pour la pâte à feuillantine.

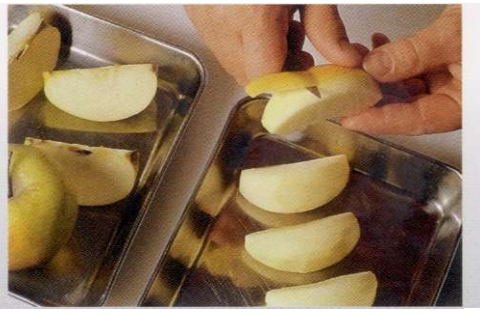
2. Lorsque le mélange de beurre et de sucre a pris une belle coloration blonde, ajoutez le jus de citron.

3. Après léger frémissement, versez le jus d'orange dans le caramel.

Préparation des pommes confites
Pelez les pommes, divisez-les en six parties en coupant du haut vers le bas, retirez le cœur, puis découpez-les en forme de croissant de lune en supprimant les angles.

Prélevez le zeste de 1/2 citron avec un couteau économe. Pressez le 1/2 citron.
Mélangez 50 cl d'eau, le sucre, la gousse de vanille et les morceaux de zeste de citron. Portez à ébullition. Ajoutez le jus de citron et portez de nouveau à ébullition.

**4. Faites réduire la sauce de moitié, écumez, conservez au chaud.**



**5. Sculptez les morceaux de pomme en forme de croissant de lune.**

**6. Versez le jus de citron dans le sirop obtenu en mélangeant l'eau, le sucre, la gousse de vanille et le zeste de citron.**

Ajoutez les morceaux de pomme, posez directement au contact des fruits un disque de papier cuisson coupé à la dimension de la casserole puis laissez cuire à feu doux de 15 à 20 min.

Prélevez le zeste de 1 citron, taillez-le en julienne et blanchissez-le.

Égouttez soigneusement les morceaux de pomme. Faites chauffer le beurre clarifié puis faites-y dorer la pomme.

**7. À ébullition, ajoutez les morceaux de pomme.**

**8. Couvrez les pommes directement avec un disque de papier cuisson en guise de couvercle, laissez-les cuire à feu doux de 15 à 20 min.**

**9. Faites dorer les morceaux de pomme cuits et égouttés dans le beurre clarifié.**

Déglacez les pommes avec la sauce puis faites réduire un peu. Ajoutez la julienne de citron et poursuivez la cuisson pendant encore quelques minutes.

**Cuisson des feuillantines**

Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Posez sur une plaque de cuisson recouverte de papier des cercles métalliques de 5 cm de diamètre. Remplissez les cercles de pâte à feuillantine à l'aide d'un couteau palette afin de former **2** disques de pâte par personne. Faites cuire au four pendant 4-5 min.

**10. Déglacez les pommes poêlées avec la sauce représentée sur la photo n° 4.**

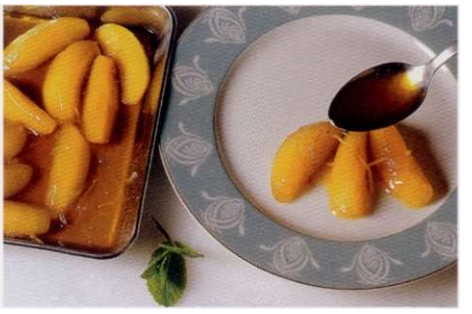
**11. Ajoutez la julienne de citron blanchie, faites cuire quelques minutes de plus.**

**12. Sur une plaque recouverte de papier cuisson, formez des disques de pâte à feuillantine avec des cercles métalliques.**

Lorsque les feuillantines sont cuites, retirez-les du four, déposez-les sans tarder sur une plaque ondulée et appuyez pour leur donner une forme ondulée. Réservez les feuillantines dans un endroit sec.

Dressage
Disposez 3 morceaux de pomme confite sur chaque assiette, parsemez de julienne de citron et arrosez d'un filet de sauce.
Déposez une feuillantine sur l'assiette.
Garnissez-la de crème glacée au lait d'amande à l'aide d'une poche à douille.

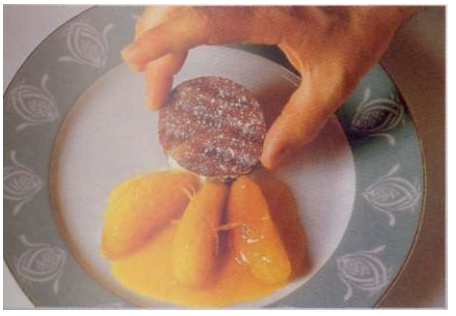
**13. Dès que les feuillantines sont cuites, posez-les sur une plaque ondulée pour les façonner.**



**14. Dressez 3 morceaux de pomme confite sur les assiettes, arrosez de sauce.**

**15. À l'aide d'une poche à douille, déposez sur chaque feuillantine une volute de crème glacée au lait d'amande.**

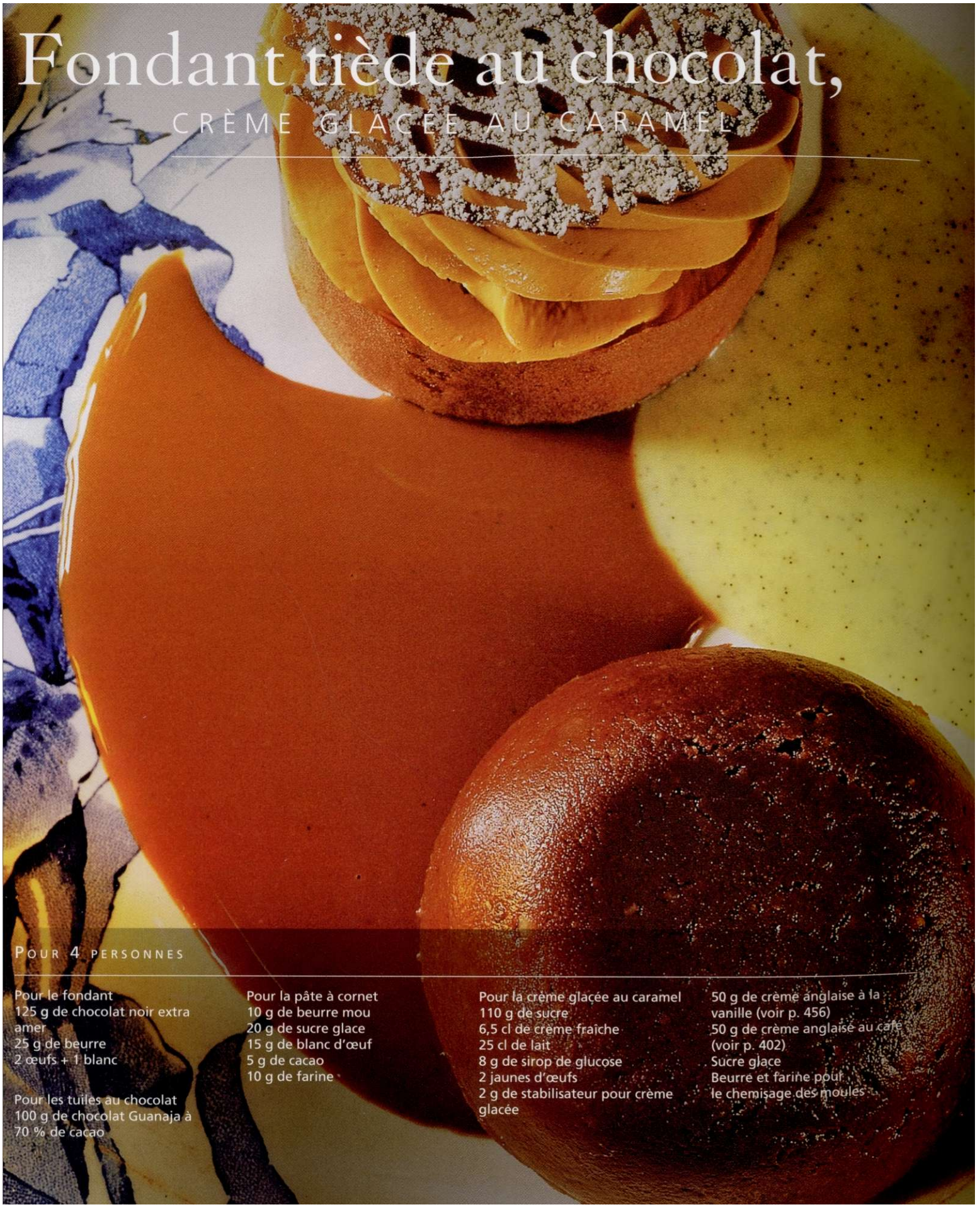
Finition
Saupoudrez une autre feuillantine de cacao et de sucre glace puis disposez-la sur la crème glacée.
Décorez avec des feuilles de menthe.



**16. Recouvrez la crème glacée d'une autre feuillantine saupoudrée de cacao et de sucre glace.**

# Fondant tiède au chocolat,

## CRÈME GLACÉE AU CARAMEL



POUR 4 PERSONNES

Pour le fondant
125 g de chocolat noir extra amer
25 g de beurre
2 œufs + 1 blanc

Pour les tuiles au chocolat
100 g de chocolat Guanaja à 70 % de cacao

Pour la pâte à cornet
10 g de beurre mou
20 g de sucre glace
15 g de blanc d'œuf
5 g de cacao
10 g de farine

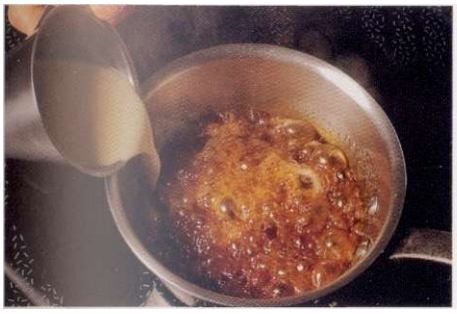
Pour la crème glacée au caramel
110 g de sucre
6,5 cl de crème fraîche
25 cl de lait
8 g de sirop de glucose
2 jaunes d'œufs
2 g de stabilisateur pour crème glacée

50 g de crème anglaise à la vanille (voir p. 456)
50 g de crème anglaise au café (voir p. 402)
Sucre glace
Beurre et farine pour le chemisage des moules

**Préparation de la crème glacée au caramel**
Faites caraméliser 75 g de sucre à sec, puis allongez le caramel avec 4 cl de crème fraîche. Versez dans une casserole 25 cl de lait, 2,5 cl de crème fraîche et le sirop de glucose. Portez à ébullition.

Ajoutez aux jaunes d'œufs 35 g de sucre et le stabilisateur. Battez le mélange au fouet jusqu'à ce qu'il blanchisse. Incorporez petit à petit le lait chaud, sans cesser de remuer, puis faites cuire en remuant jusqu'à l'obtention d'une consistance de crème anglaise.

Hors du feu, ajoutez le caramel et mélangez soigneusement. Laissez refroidir, mettez en sorbetière et laissez prendre en glace.



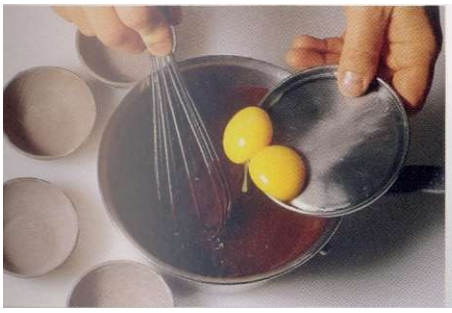
**1. Lorsque le sucre a pris une coloration rousse, diluez-le avec de la crème fraîche.**

**2. Ajoutez aux jaunes d'œufs battus le lait bouillant, petit à petit.**

Préparation du fondant
Concassez le chocolat, ajoutez le beurre et faites fondre le tout au bain-marie. Retirez du feu. Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes et incorporez les jaunes d'œufs au chocolat fondu.

Réunissez les 3 blancs d'œufs et battez-les en neige pas trop ferme. Ajoutez le chocolat et mélangez délicatement.

À l'aide d'une cuillère, remplissez de fondant 4 moules de 7 cm de diamètre préalablement beurrés et saupoudrés de farine.



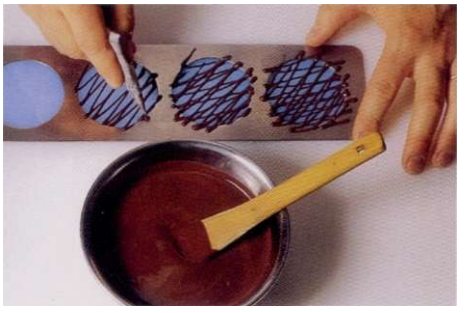
**3. Pour le fondant, incorporez les jaunes d'œufs au chocolat fondu.**

**4. Incorporez doucement le chocolat aux blancs d'œufs battus en neige pour préparer le fondant.**

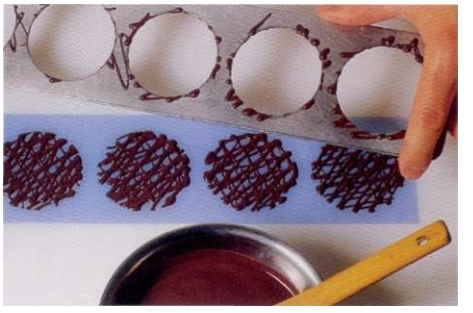
**5. Répartissez la pâte à l'aide d'une cuillère dans des moules de 7 cm de diamètre.**

Préparation des tuiles au chocolat
Faites fondre le chocolat jusqu'à ce qu'il atteigne 57 "C, attendez que la température redescende à 29 °C, puis faites-la remonter à 31 "C pour tempérer le chocolat.

Posez sur une planche en polystyrène une plaque découpoir avec des cercles plats de 7 cm de diamètre. Introduisez le chocolat tempéré dans un cornet en papier et versez un cordon de chocolat à l'intérieur de chaque cercle, en croisant les fils de manière à dessiner des entrelacs. Retirez la plaque et laissez refroidir au réfrigérateur.



**6. À l'aide d'un cornet en papier, versez en travers des cercles un cordon de chocolat tempéré, de façon à obtenir un motif de dentelle pour la réalisation des tuiles.**



**7. Retirez la plaque découpoir et laisser durcir le chocolat au réfrigérateur.**

Préparation de la pâte à cornet
Dans un saladier, mélangez le beurre avec le sucre glace, puis ajoutez le blanc d'œuf. Tamisez le cacao et la farine. Incorporez-les en remuant à la spatule.

**8.** Incorporez le blanc **d'œuf** au mélange **de** sucre glace et **de** beurre pour préparer la pâte **à** cornet.

**9. Ajoutez le cacao et la farine tamisés.**

Préchauffez le four à 160 "C (th. 6). Étalez sur une feuille de papier cuisson la pâte à cornets en 4 bandes de 20 cm de long sur 2 cm de large. Passez-les 2 min au four, puis enroulez-les immédiatement autour de 4 cercles en inox de 7 cm pour qu'elles refroidissent en prenant une forme arrondie.

Faites cuire les fondants au four à 170 "C pendant 5 min environ.

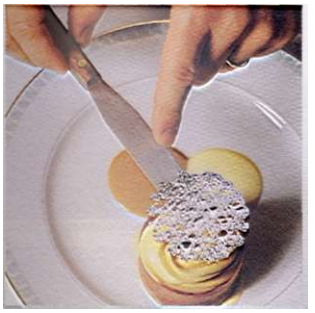
Dressage
Déposez un cercle de pâte à cornets sur chaque assiette. Versez un peu de crème anglaise à la vanille et un peu de crème anglaise au café devant le cercle. Remplissez une poche munie d'une douille étoilée de crème glacée au caramel et emplissez-en les cercles.

10. Étalez des bandes de pâte à cornets de 20 cm de long et de 2 cm de large sur du papier cuisson.

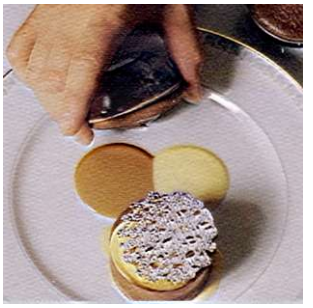
11. Dès que les bandes de pâte à cornets sont cuites, fixez-les sur des cercles en inox pour qu'elles s'arrondissent en refroidissant.

12. Déposez un cercle en pâte à cornets sur chaque assiette et emplissez-les de crème glacée au caramel à l'aide d'une poche à douille étoilée.

Disposez sur chaque cercle garni de crème glacée au caramel, une tuile au chocolat que vous aurez au préalable saupoudrée de sucre glace.
Une fois cuits, sortez les fondants au chocolat du four et démoulez-les délicatement. Déposez un fondant sur chaque assiette. Servez aussitôt.



13. Saupoudrez légèrement les tuiles au chocolat de sucre glace, et disposez-en une sur chaque cerc'e ga[rn; de crème glacée.



14. Démoulez les fondants au chocolat à leur sortie du four, et présentez-les avec les cercles de crème glacée au caramel.

# Palet et sorbet au chocolat,

## SAUCE CAFÉ

POUR 4 PERSONNES

Pour la pâte à palet
60 g de chocolat noir
60 g de beurre
60 g de sucre glace
30 g de farine tamisée
25 g de poudre d'amande
2 blancs d'œufs
1 c. à s. de miel
Beurre (pour le chemisage des moules)

Pour le sorbet au chocolat
100 g de chocolat caraque
12,5 cl de lait
12,5 cl d'eau
85 g de sucre en poudre
12 g de cacao
2 g de stabilisateur pour crème glacée

Pour la crème anglaise au café
30 grains de café
20 cl de lait
20 g de sucre en poudre
3 jaunes d'œufs

Un peu de yaourt pour la décoration

Preparation de la pâte à palet
Faites chauffer 60 g de beurre jusqu'à ce qu'il prenne une coloration noisette. Maintenez-le à la température du corps (37 °C).
Concassez le chocolat et faites-le fondre au bain-marie.

Mélangez soigneusement le sucre glace. la farine et la poudre d'amande. Battez légèrement les blancs d'œufs et incorporez-les.

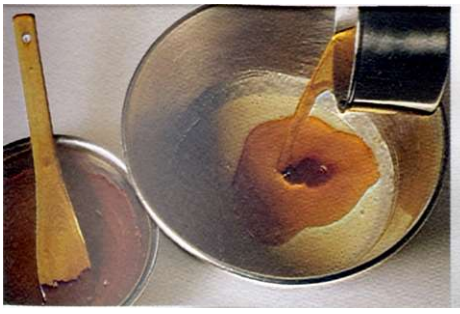
**1. Faites chauffer le beurre jusqu'à ce qu'il prenne une coloration noisette (beurre noisette).**

**2. Faites fondre le chocolat au bain-marie.**

**3. Incorporez les blancs d'œufs légèrement battus au mélange de sucre, de farine et de poudre d'amande.**

Ajoutez le beurre noisette maintenu à 37 °C avec le miel, remuez puis incorporez le chocolat fondu. Laissez reposer cette pâte au réfrigérateur.
Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). À l'aide d'un pinceau, enduisez de beurre 4 moules à savarin de 7.5 cm de diamètre.

Introduisez la pâte à palet dans une poche à douille et emplissez-en les moules. Faites cuire les savarins au four pendant 6-7 min. Démoulez-les dès la fin de la cuisson.



**4. Ajoutez le beurre noisette à la préparation de la photo n° 3.**

**5. Ajoutez le chocolat fondu, mélangez soigneusement.**

**6. Garnissez les moules à savarin de pâte à palet avec la poche à douille.**

**Préparation du sorbet au chocolat**
Concassez le chocolat. Portez le lait et l'eau à ébullition puis ajoutez le chocolat concassé. Versez le sucre et le stabilisateur pour crème glacée, puis mélangez. Après avoir ajouté le cacao, portez à ébullition puis laissez frémir pendant 2 min.

Retirez du feu et passez au chinois étamine. Laissez refroidir, mettez en sorbetière puis laissez prendre en glace.

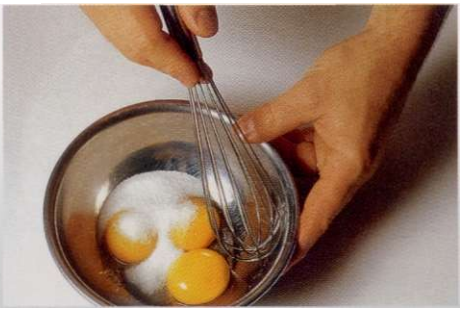
7. À ébullition du mélange d'eau et de lait destiné à la préparation du sorbet, ajoutez le chocolat concassé.

8. Après avoir incorporé le sucre et le stabilisateur, ajoutez le cacao, mélangez soigneusement.

**Préparation de la crème anglaise au café**
Concassez les grains de café. Amenez le lait à ébullition puis ajoutez les grains de café concassés. Retirez du feu, couvrez et laissez infuser 15 min.

Ajoutez le sucre en poudre aux jaunes d'œufs et faites blanchir le mélange en fouettant,

**9. Lorsque le lait destiné à la crème anglaise arrive à ébullition, ajoutez les grains de café concassés et laissez infuser.**



**10. Battez au fouet le mélange de jaunes d'œufs et de sucre jusqu'à ce qu'il blanchisse,**

Incorporez petit à petit le lait aromatisé au café. Faites chauffer cette crème à 82 °C, en remuant, jusqu'à ce qu'elle nappe la spatule. Passez au chinois et réservez au réfrigérateur.

**11. Versez le lait au café sur les jaunes d'œufs en mélangeant.**

**12. Faites cuire la crème jusqu'à ce qu'elle nappe la spatule.**

Présentation
Nappez les assiettes de crème anglaise au café. Fouettez le yaourt jusqu'à ce qu'il ait une consistance lisse et homogène. Mettez-le dans un cornet en papier et déposez autour de la crème des petites gouttes de yaourt. Étirez-les à l'aide d'une pique en bambou pour les relier entre elles en un joli motif de guirlande.

Disposez un palet au chocolat au centre de la crème puis garnissez-le d'une spirale de sorbet au chocolat avec une poche munie d'une douille étoilée.

**13. Disposez à l'aide d'un cornet en papier des perles de yaourt autour de la crème anglaise au café.**

**14. Dessinez un motif continu de guirlande en reliant entre elles les perles de yaourt à l'aide d'une pique en bambou.**

**15. Avec une poche à douille, surmontez d'une spirale de sorbet au chocolat le palet disposé au centre de l'assiette.**

# Ananas caramélisé

## AU BEURRE DE VANILLE

POUR 4 PERSONNES

1 ananas frais
100 g de beurre
2 gousses de vanille
5 cl de rhum brun
5 c de vinaigre de cidre
25 cl de crème glacée à la noix de coco (Voir p. 456)

Préparation de l'ananas
Pelez l'ananas. Coupez la chair en tranches rondes de 1 cm d'épaisseur. A l'aide d'un petit emporte-pièce rond, retirez le cœur dur de l'ananas. Servez-vous d'un emporte-pièce plus grand pour égaliser l'arrondi extérieur de 4 tranches.

Passez le reste de la chair d'ananas à la centrifugeuse pour en extraire le jus.

Mettez 50 g de beurre dans une casserole et faites-le fondre à feu doux. Transvasez le beurre fondu dans une autre casserole en laissant au fond de la première casserole les dépôts blancs (beurre clarifié).

**1. Retirez la peau de l'ananas avec un couteau.**

**2. Ôtez le cceur des tranches d'ananas à l'aide d'un petit emporte-pièce, égalisez-en le tour avec un emporte-pièce plus grand.**

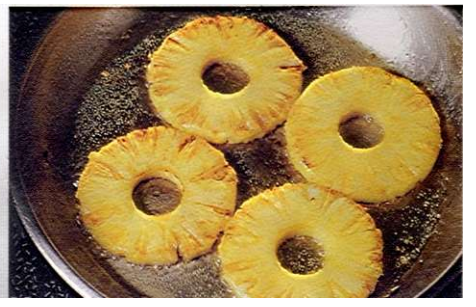
**3. Faites fondre le beurre à feu doux, transvasez la partie limpide pour obtenir du beurre clarifié.**

Fendez les gousses de vanille en deux dans le sens de la longueur, prélevez les graines à l'intérieur en raclant avec la pointe d'un couteau puis mélangez-les au reste du beurre (50 g).

Faites chauffer le beurre clarifié dans une poêle, déposez dedans les 4 tranches d'ananas et poêlez-les 5 min sur chaque face.

**4. Mélangez les graines de vanille avec le reste du beurre.**

**5. Faites chauffer le beurre clarifié dans une poêle.**



**6. Faites revenir les tranches d'ananas 5 min de chaque côté dans le beurre chaud.**

Retirez les tranches d'ananas de la poêle, jetez la matière grasse puis déglacez la poêle avec le rhum, le vinaigre de cidre et le jus d'ananas.

Remettez les tranches d'ananas dans la poêle, et faites réduire la sauce de moitié.

Retirez les tranches d'ananas de la poêle, ajoutez le beurre vanillé à la sauce et faites-le fondre. Passez au chinois.

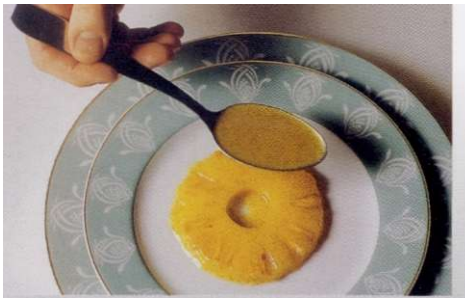
**7. Une fois les tranches d'ananas retirées, déglacez avec le rhum, le vinaigre de cidre et le jus d'ananas.**

**8. Remettez les tranches d'ananas dans la poêle, faites réduire le liquide de moitié.**

**9. Enlevez l'ananas, faites fondre le beurre vanillé dans la sauce.**

Dressage
Disposez les tranches d'ananas sur des assiettes chaudes et arrosez-les de beurre de vanille.

Surmontez-les d'une petite quenelle de crème glacée à la noix de coco et décorez avec des feuilles d'ananas.



**10. Déposez une tranche d'ananas sur chaque assiette, arrosez de beurre de vanille.**

**11. Formez une quenelle de crème glacée à la noix de coco, déposez-la sur la tranche d'ananas.**

# Gratin de fruits frais

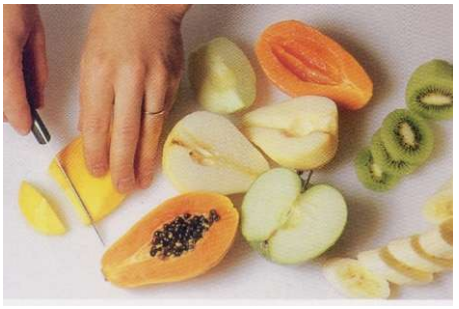
POUR 4 PERSONNES

1 kiwi
1 banane
1 poire
1 pomme verte
1 petite mangue
1 petite papaye
¼ d'ananas
1 orange
1 pamplemousse
125 g de framboises
125 g de fraises
50 g de sucre

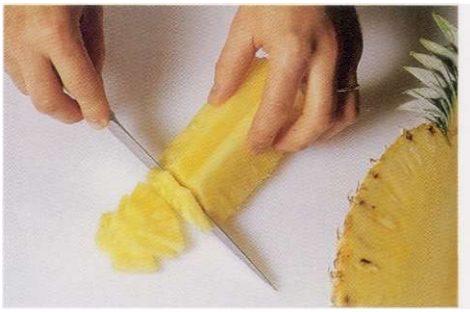
Pour le sabayon
6 jaunes d'œufs
100 g de sucre
10 cl de crème fraîche
20 cl de jus d'orange
10 cl de Grand Marnier®

Préparation des fruits
Pelez le kiwi et coupez-le en rondelles. Épluchez la banane et découpez-la en tranches biseautées. Pelez la poire, la pomme, la mangue et la papaye et détaillez-les en tranches fines de dimension égale.

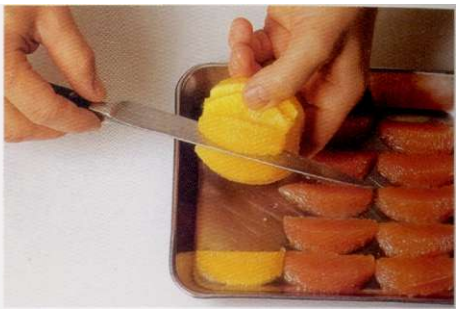
Retirez le cœur de l'ananas et taillez la chair en petits morceaux.
Pelez à vif l'orange et le pamplemousse puis, à l'aide d'un petit couteau, détachez les quartiers et rangez-les sur un plateau.



1. Coupez la banane en biseau, le kiwi en rondelles. Coupez la poire, la pomme, la mangue et la papaye en tranches fines.



2. Après avoir retiré le coeur de l'ananas, détaillez-le en petits morceaux.

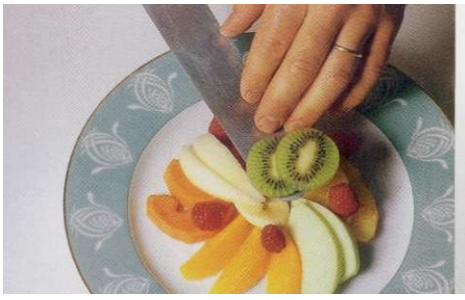


3. Pelez à vif l'orange et le pamplemousse **puis** insérez la lame d'un couteau entre les **quartiers** pour les détacher.

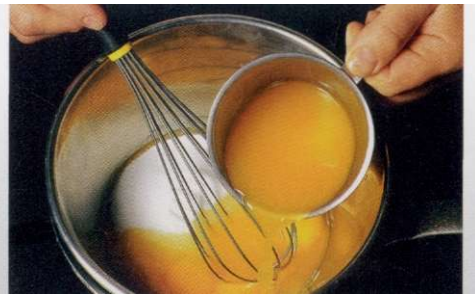
Disposez les morceaux de fruits sur des assiettes résistant à la chaleur, parsemez de framboises, et réservez au frais.

Préparation du sabayon
Mélangez dans un saladier les jaunes d'œufs avec le sucre, ajoutez le jus d'orange et mélangez à nouveau.
Mettez le mélange à cuire au bain-marie en battant au fouet jusqu'à ce qu'il prenne la consistance d'un ruban, c'est-à-dire qu'il s'écoule sous la forme d'un ruban continu lorsque vous soulevez le fouet.

Retirez du feu et laissez refroidir. Fouettez légèrement la crème fraîche. Incorporez-la au contenu du saladier avec le Grand Marnier®.



**4. Déposez les fruits préparés sur des assiettes.**



**5. Versez le jus d'orange sur les jaunes d'œufs battus avec le sucre, faites chauffer au bain-marie.**

**6. Battez doucement la préparation au fouet jusqu'à ce qu'elle forme un ruban.**

Nappez de sabayon les fruits disposés sur les assiettes, et faites-les légèrement gratiner à la salamandre ou sous un gril chaud.

7. Lorsque le sabayon a refroidi, incorporez la crème légèrement fouettée.

8. Ajoutez le Grand Marnier®.

9. Nappez de sabayon les fruits présentés sur les assiettes.

Lavez rapidement les fraises, essuyez-les et ôtez le pédoncule. Coupez-les en quatre, saupoudrez-les de sucre ou roulez-les dedans. Disposez-les autour des gratins de fruits cuits. Servez aussitôt.

10. Faites légèrement colorer à la salamandre les fruits nappés de sabayon.

11. Coupez les fraises en quatre, roulez-les dans le sucre.

12. Disposez les fraises autour des gratins.

# Crêpes soufflées

## AU CITRON VERT

POUR 4 PERSONNES

4 citrons verts
Beurre et sucre glace

Pour la pâte à crêpes
1 œuf + 1 jaune d'œuf
100 g de farine
1 pincée de sel
40 g de sucre en poudre
25 cl de lait
50 g de beurre noisette

Pour le coulis de framboise
500 g de framboises
50 g de sucre glace
Le jus de 1 citron

Pour le soufflé au citron vert
4 œufs + 2 blancs
14 cl de lait
65 g + 1 c. à c. de sucre en poudre
14 g de farine
14 g de Maïzena®
5 cl de jus de citron vert
20 g de beurre mou

Râpez le zeste des 4 citrons verts en veillant à ne pas entamer la partie blanche de la peau.

Préparation de la pâte à crêpes
Mélangez soigneusement l'œuf, le jaune d'œuf, la farine, le sel, le sucre et un peu de zeste de citron vert râpé. Ajoutez progressivement le lait et remuez au fouet jusqu'à ce que la préparation devienne lisse et homogène.

**1. Râpez le zeste des citrons verts.**

**2. Mélangez les œufs, la farine, le sucre, le sel et du zeste de citron râpé pour la pâte à crêpes.**

**3. Allongez la pâte en ajoutant le lait petit à petit.**

Laissez reposer la pâte à crêpes au réfrigérateur pendant 1 h, puis incorporez le beurre noisette. Faites chauffer une poêle et faites-y cuire successivement 8 crêpes jusqu'à ce qu'elles soient bien dorées.

**4. Après 1 h de repos, ajoutez le beurre noisette à la pâte à crêpes.**

**5. Versez un peu de pâte dans une poêle à crêpes chaude, étalez-la finement sur toute la surface.**

**6. Lorsqu'elle a pris une belle coloration dorée, retournez la crêpe pour la faire cuire sur l'autre face.**

**Préparation du coulis de framboise**
Ajoutez le sucre glace et le jus de citron aux framboises puis mixez. Filtrez le coulis obtenu dans une passoire fine. Réservez-le au réfrigérateur.

**7. Ajoutez le sucre glace et le jus de citron aux framboises.**

**8. Après avoir mixé les fruits, filtrez le coulis dans une passoire fine.**

**Préparation du soufflé au citron vert**
Cassez les œufs en séparant les blancs des jaunes. Réunissez tous les blancs dans un grand saladier. Mélangez soigneusement 65 g de sucre, la farine et la Maïzena®.
Versez ce mélange dans une casserole contenant le lait.

Portez à ébullition en remuant au fouet et laissez cuire jusqu'à épaississement. Versez le jus de citron vert et portez de nouveau à ébullition.

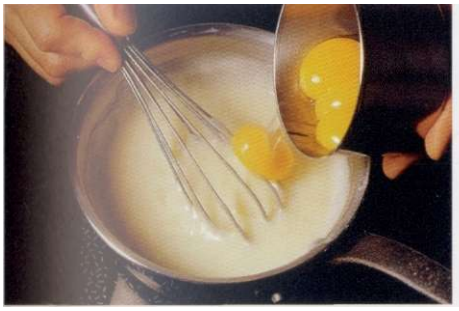
**9. Ajoutez au lait le sucre, la farine et la Maïzena® pour le soufflé.**

**10. Faites cuire à petits bouillons en remuant au fouet.**

**11. Une fois que le mélange a épaissi, ajoutez le jus de citron vert.**

**Ajoutez** les jaunes d'œufs un par **un,** en fouettant le mélange à chaque ajout. Retirez du **feu et** incorporez le beurre en petits morceaux.

Battez en neige ferme les blancs d'œufs, ajoutez la cuillerée de sucre et fouettez énergiquement jusqu'à l'obtention d'une consistance de meringue.
Ajoutez le zeste râpé des citrons verts à la base du soufflé, puis les blancs d'œufs battus en neige, en mélangeant délicatement à la spatule.



**12. Incorporez un par un les jaunes d'œufs tout en battant le mélange au fouet.**

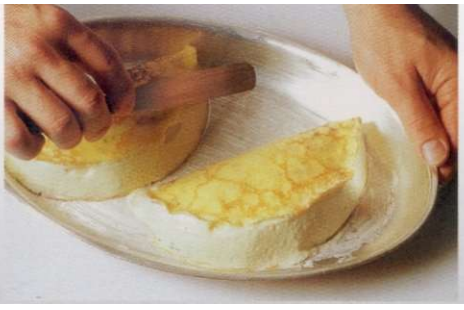
**13. Battez les blancs d'œufs en neige ferme.**

**14. Après avoir incorporé le zeste de citron vert à l'appareil à soufflé, ajoutez les blancs d'œufs en neige, mélangez doucement.**

**Cuisson des crêpes soufflées**
Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Sur un grand plat beurré, déposez les crêpes une à une, farcissez-les avec l'appareil à soufflé et pliez-les **en deux.** Lissez le tour du soufflé à la spatule, **mettez** au four et laissez cuire environ 12 min.

**Préparation**
Disposez les crêpes soufflées sur les assiettes et versez autour un peu de coulis de framboise. Présentez le reste du coulis en saucière.

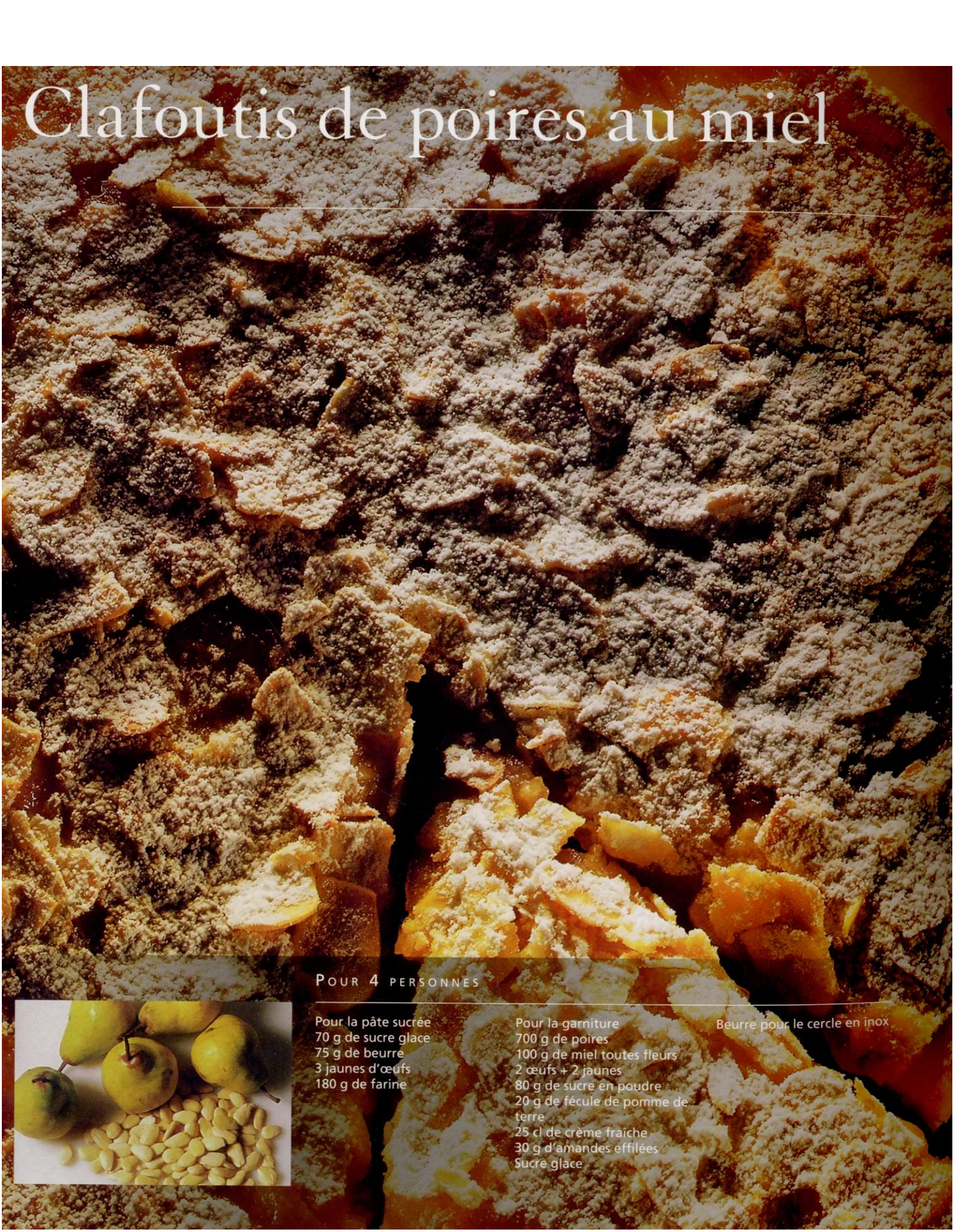
**15. Garnissez les crêpes avec l'appareil à soufflé, pliez-les en deux.**



**16. Avant d'enfourner, lissez l'appareil à soufflé pour que rien ne dépasse de la crêpe.**

**17. Nappez le tour des crêpes de coulis de framboise.**

# Clafoutis de poires au miel



## Pour 4 personnes



Pour la pâte sucrée
70 g de sucre glace
75 g de beurre
3 jaunes d'œufs
180 g de farine

Pour la garniture
700 g de poires
100 g de miel toutes fleurs
2 œufs + 2 jaunes
80 g de sucre en poudre
20 g de fécule de pomme de terre
25 cl de crème fraîche
30 g d'amandes effilées
Sucre glace

Beurre pour le cercle en inox

Préparation de la pâte sucrée
Mélangez soigneusement à la spatule le sucre glace et le beurre. Incorporez les jaunes d'œufs, versez la farine en pluie et mélangez rapidement. Laissez reposer au moins 1 h au réfrigérateur.

Beurrez la paroi intérieure d'un cercle en inox de 22 cm de diamètre. Étalez la pâte sucrée sur un plan de travail fariné, sur 2 mm d'épaisseur. Recouvrez une plaque à pâtisserie de papier cuisson, et posez-y le cercle en inox. Enroulez la pâte sur le rouleau à pâtisserie, posez-la au-dessus du cercle, puis appuyez légèrement sur tout le tour de la pâte pour qu'elle adhère à la paroi. Laissez reposer tel quel pendant 30 min, puis retirez l'excédent de pâte.

**1. Mélangez à la spatule le sucre glace et le beurre.**

**2. Lorsque le mélange est lisse et homogène, incorporez les jaunes d'œufs.**

**3. Ajoutez la farine en pluie, mélangez rapidement, roulez la pâte en boule. Laissez-la reposer au réfrigérateur au moins 1 h.**

Préparation de la garniture
Pelez les poires, coupez-les en quatre, retirez les cœurs et détaillez-les en tranches de 2 cm d'épaisseur.

Faites chauffer le miel dans une poêle. Lorsqu'il commence à mousser, ajoutez les poires.

**4. Pelez les poires, coupez-les en quatre, retirez** les **cœurs.**

**5. Faites chauffer le miel dans une poêle.**

Baissez le feu dès que le miel prend une légère coloration, et poursuivez la cuisson des poires en remuant fréquemment. Retirez-les, posez-les sur une grille et laissez-les égoutter.

**6. Dès que le miel mousse, ajoutez les quartiers de poire.**

**7. Quand le miel commence à brunir, baissez le feu, laissez cuire les poires en remuant souvent.**

**8. Retirez les poires sur une grille pour qu'elles s'égouttent.**

Mettez les 2 œufs et les 2 jaunes dans un saladier et battez-les au fouet. Ajoutez le sucre en poudre et fouettez jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

Incorporez la fécule de pomme de terre et la crème fraîche, puis passez cette préparation au chinois.

**9. Réunissez les 2 œufs et les jaunes d'œufs dans un saladier, battez-les**

**10 Versez le sucre en poudre, fouettez le mélange.**

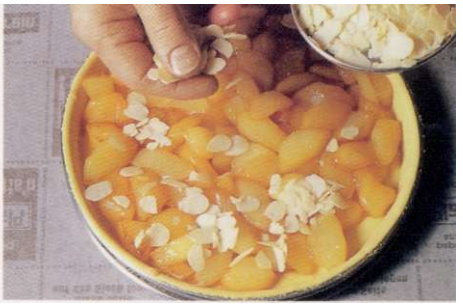
**11. Lorsque le mélange de sucre et d'œufs est devenu très pâle, ajoutez la fécule de pomme de terre.**

Préchauffez le four **à 200 °C** (th. **7).** Mettez la pâte dans le four chaud et faites-la cuire **à** blanc pendant 6 min.

Retirez-la du four, disposez les quartiers de poire sur le fond de tarte et parsemez d'amandes effilées.

12. Incorporez la crème fraîche et passez au chinois étamine.

13. Disposez les quartiers de poire sur la pâte sucrée cuite à blanc.



14. Parsemez les poires d'amandes effilées.

Versez par dessus la préparation aux œufs puis faites cuire de 20 à 25 min au four.

Finition
Lorsque le clafoutis est cuit, poudrez-le de sucre glace.

15. Répartissez la pâte dans le moule à l'aide
° **une** petite louche, enfournez et laissez cuire de
a 25 min à 180 °C (th. 6)

16. Saupoudrez le clafoutis de sucre glace dès sa sortie du four, et servez chaud.

# Petites madeleines au miel

POUR 4 PERSONNES

100 g de beurre
40 g de farine
40 g de poudre d'amande
100 g de sucre glace
3 blancs d'œufs
1 c. à s. de miel
50 g de beurre mou pour la plaque

Beurrez une plaque à madeleines de 4 cm à l'aide d'un pinceau puis mettez-la au réfrigérateur.
Faites chauffer 100 g de beurre dans une casserole jusqu'à ce qu'il soit de couleur noisette, et transvasez-le immédiatement dans un saladier pour éviter qu'il brûle.

Mélangez soigneusement la farine, la poudre d'amande et le sucre glace. Faites mousser légèrement les blancs d'œufs avec un fouet à main, puis incorporez-les au mélange précédent. Ajoutez le beurre noisette encore tiède et le miel, mélangez puis laissez reposer 30 min au réfrigérateur.

**1. Dans un saladier, mélangez la farine, la poudre d'amande et le sucre glace.**

**2. Ajoutez les blancs d'œufs légèrement battus.**

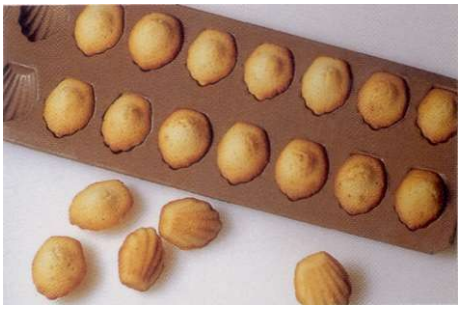
**3. Incorporez le beurre noisette,**

Après 30 min de repos, préchauffez le four à 210 °C (th. 7). Introduisez la pâte à madeleines dans une poche pourvue d'une douille de 12 mm de diamètre et remplissez les alvéoles de la plaque.

Enfournez la plaque à madeleines, réduisez immédiatement la température à 190 "C (th. 6), puis faites cuire pendant 8 min.
Démoulez les madeleines dès la fin de la cuisson, et servez-les tièdes.

**4. Ajoutez le miel à l'appareil à madeleines.**

**5. Garnissez de pâte, à l'aide d'une poche à douille, les alvéoles de la plaque.**



**6. Dès que les madeleines sont cuites, retirez-les de leur moule.**

# Millefeuille au chocolat

POUR 4 PERSONNES

Pour la pâte feuilletée au chocolat
150 g de beurre
30 g de cacao
1 pincée de sel
6,5 cl d'eau tiède
150 g de farine
Un peu de sucre glace sans amidon
Un peu de beurre pour la plaque de cuisson

Pour la crème chocolatée
150 g de chocolat noir amer
15 cl de crème fraîche
10 g de cacao

Pour la crème pâtissière
½ gousse de vanille
20 cl de lait
2 jaunes d'œufs
40 g de sucre en poudre
10 g de farine
10 g de Maïzena®
20 g de beurre

Préparation de la pâte feuilletée
Mettez dans un saladier 125 g de beurre en copeaux et 30 g de cacao. Mélangez soigneusement, rassemblez cette pâte en carré puis enveloppez-la de film alimentaire. Laissez durcir au réfrigérateur.

Faites fondre 25 g de beurre. Faites dissoudre 1 pincée de sel dans 6,5 cl d'eau tiède, ajoutez le beurre fondu et laissez refroidir un peu.

Tamisez la farine. Versez l'eau tiède mélangée au beurre sur la farine, pétrissez, puis rassemblez la pâte en boule (détrempe). Enveloppez la détrempe dans un linge légèrement humide et laissez-la reposer au minimum 1 h au réfrigérateur.

**1. Mélangez le beurre et le cacao.**

**2. Formez un carré avec le mélange de beurre et de cacao, enveloppez de film alimentaire, laissez durcir au réfrigérateur.**

**3. Ajoutez à la farine tamisée le mélange eau et beurre fondu, travaillez la pâte.**

Préparation de la crème chocolatée
Concassez le chocolat au couteau. Amenez la crème fraîche à ébullition, ajoutez le cacao et donnez un bouillon. Ajoutez le chocolat et faites-le fondre en remuant au fouet jusqu'à l'obtention d'une crème lisse. Transvasez dans un saladier.

**4. Après avoir pétri la pâte, roulez-la en boule, enveloppez-la dans un linge humide, laissez-la reposer au réfrigérateur.**

**5. Ajoutez le chocolat concassé à la crème fraîche bouillante pour obtenir une crème bien lisse et homogène.**

**6. Pour la crème pâtissière, mélangez les jaunes d'œufs et le sucre, incorporez la farine et la Maïzena®, versez le lait bouillant en remuant.**

Préparation de la crème pâtissière
Mettez la vanille dans le lait et portez à ébullition. Pendant ce temps, mélangez dans un saladier les jaunes d'œufs avec le sucre en fouettant jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Incorporez la farine et la Maïzena® puis versez dessus le lait bouillant en mélangeant soigneusement.

Mettez la crème sur le feu, laissez cuire 2-3 min en remuant au fouet, puis incorporez le beurre. Passez au chinois étamine, ajoutez la crème chocolatée et fouettez pour obtenir une crème lisse et homogène. Laissez refroidir au réfrigérateur.

**7. Faites cuire la crème pâtissière 2-3 min tout en remuant avec le fouet.**

**8. Ajoutez la crème chocolatée à la crème pâtissière.**

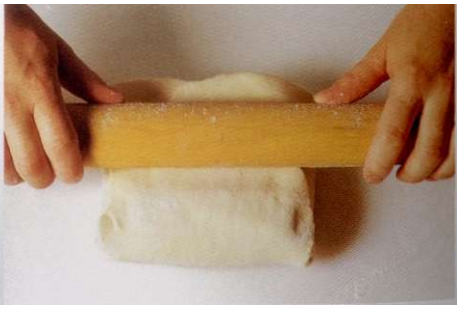
**9. Mélangez soigneusement jusqu'à ce que la crème devienne lisse et homogène.**

Tourage de la pâte feuilletée
Posez la détrempe de la pâte feuilletée sur le plan de travail, et abaissez-la en forme de croix. Déposez au centre le beurre au cacao, et rabattez les quatre pans de pâte sur le beurre afin de le recouvrir.

Étalez la pâte en un rectangle trois fois plus long que large, et pliez-le en trois. Faites pivoter ce pâton **à 90** et répétez la même opération, puis laissez reposer la pâte **30** min au réfrigérateur.

**10. Étalez la détrempe en lui donnant la forme d'une croix.**

**11. Posez le beurre au cacao au centre de la croix, rabattez dessus les quatre côtés de la pâte de manière à envelopper le beurre.**



**12. Toujours avec le rouleau à pâtisserie, abaissez le pâton en un rectangle trois fois plus long que large.**

Déposez sur le plan de travail le pâton qui a reposé, et répétez deux fois l'opération précédente, qui consiste à l'étaler sur une longueur triple de sa largeur, puis à le plier en trois. Laissez à nouveau reposer au frais, puis procédez de la même façon une dernière fois.

**13. Repliez la pâte en trois.**

**14. Faites pivoter le pâton de 90 abaissez-le à nouveau en un rectangle trois fois plus long que large, pliez-le en trois, laissez-le reposer au réfrigérateur.**

**15. Après le temps de repos, étalez à nouveau la pâte en un rectangle trois fois plus long que large.**

**Cuisson** et **montage du millefeuille**

Préchauffez le four à 200 "C (th. 7). Abaissez la pâte sur 2 mm d'épaisseur, puis divisez-la en trois rectangles de 10 cm x 20 cm.

**15. Réoétez en tout 5 fois l'opération qui consiste à aba'sser la pâte en un rectangle de longueur trois 'ois supérieure à sa largeur, puis à la replier en fois, avec une phase de repos avant le dernier tourage.**

**17. Après avoir plié la pâte en trois une dernière fois, étalez-la sur 2 mm d'épaisseur.**

**18. Coupez la pâte en trois rectangles de 10 cm x 20 cm.**

Disposez les trois rectangles de pâte sur une plaque de cuisson beurrée et faites-les cuire environ 12 min dans le four chaud.
Sortez la pâte du four, saupoudrez-la de sucre glace puis faites-la caraméliser à la salamandre, ou sous un gril chaud. Laissez refroidir.

Disposez les 3 rectangles de pâte feuilletée sur le plan de travail, côté caramélisé au-dessus. Recouvrez le premier d'une épaisse couche de crème pâtissière. Placez dessus la deuxième feuille de pâte, garnissez-la d'une épaisse couche de crème, puis terminez en posant par dessus le troisième rectangle de pâte feuilletée. Appuyez légèrement afin de stabiliser les différentes strates du millefeuille.

**19. Faites cuire les trois abaisses de pâte feuilletée 12 min au four à 200 °C (th. 7), saupoudrez-les de sucre glace dès la sortie du four.**

**20. Faites caraméliser le dessus de la pâte feuilletée à la salamandre.**

**21. Superposez les trois feuilles de pâte, côté caramélisé dessus, en les séparant par une épaisse couche de crème pâtissière.**

Présentation
Égalisez les côtés du millefeuille à l'aide d'un couteau à gâteau, puis découpez-le en quatre parts. Déposez-les sur des assiettes.

**22. A l'aide d'un couteau à gâteau, parez les bords du millefeuille, divisez-le en quatre parts.**

# Truffes au chocolat

POUR 4 PERSONNES

150 g de chocolat au lait
150 g de chocolat noir amer
3 jaunes d'œufs
50 g de sucre glace
10 cl de crème fraîche
50 g de beurre
1 gousse de vanille
5 cl de calvados

Pour l'enrobage
200 g de chocolat de couverture Guanaja à 70 % de cacao
200 g de cacao

Préparation de la pâte de chocolat
Concassez les deux chocolats.
Réunissez les jaunes d'œufs et le sucre glace dans un saladier et battez le mélange au fouet jusqu'à ce qu'il blanchisse.

Mettez la crème, le beurre et la gousse de vanille fendue en deux dans le sens de la longueur dans une casserole. Portez à ébullition, retirez du feu et laissez infuser 15 min.

**1. Ajoutez le sucre aux jaunes d'œufs, fouettez le mélange.**

**2. Portez à ébullition la crème fraîche avec le beurre et la gousse de vanille.**

**3. Versez le mélange de sucre et de jaunes d'œufs sur la crème fraîche en fouettant.**

Remettez sur le feu la casserole contenant la crème fraîche et ajoutez-y les jaunes d'œufs mélangés avec le sucre. Battez vigoureusement au fouet. Passez au chinois.

Ajoutez à la crème filtrée les deux types de chocolat concassés, et remuez jusqu'à ce que le chocolat ait fondu. Versez le calvados et continuez à remuer jusqu'à ce que le chocolat devienne lisse et brillant.

**4. Remuez énergiquement à l'aide d'un fouet à main.**

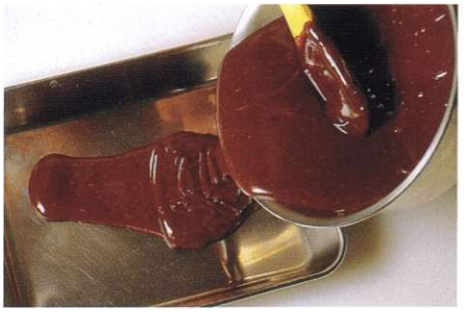
**5. Ajoutez à ce mélange le chocolat au lait et le chocolat amer, faites-les fondre tout en remuant.**

**6. Versez le calvados, continuez à remuer jusqu'à ce que le mélange soit bien brillant.**

Versez la pâte de chocolat sur une plaque en inox pour la faire refroidir. Lorsqu'elle a atteint une consistance moelleuse, introduisez-la dans une poche munie d'une douille ronde n° 10 et déposez de petits tas de chocolat sur une feuille de papier cuisson. Laissez-les durcir 1 h au réfrigérateur.

Préparation de l'enrobage

Concassez le chocolat de couverture et faites-le fondre au bain-marie.



7. Versez la pâte de chocolat sur une plaque pour qu'elle refroidisse.

8. À l'aide d'une poche à douille ronde, formez des petits tas de chocolat.

9. Faites fondre le chocolat de couverture au bain-marie.

## Chocolat Guanaja

Il s'agit d'un chocolat contenant 70% de cacao, commercialisé par la Maison Valrhona[5]. Ce grand cru de chocolat noir amer est issu de l'assemblage de fèves de cacao d'Amérique du Sud. Son goût intense réhaussé par des notes fleuries révèle une puissance et une longueur en bouche exceptionnelle.

## Chocolat de couverture

Servant à recouvrir les préparations, il doit légalement contenir un minimum de 31 % de beurre de cacao et de 25 % de pâte de cacao ou de cacao en poudre. Plus la teneur en masse de cacao (ou pâte de cacao) est élevée, meilleure est la qualité du produit.

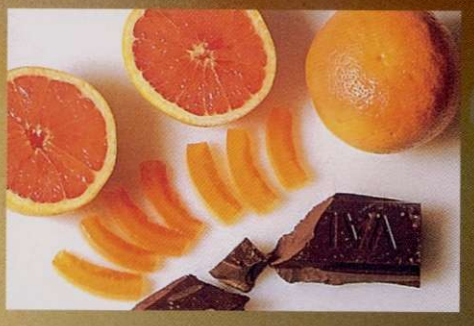
Finition

Versez le cacao dans un plat en inox. Arrondissez entre les paumes de vos mains les petits tas de chocolat durci, trempez-les rapidement dans le chocolat de couverture fondu, puis roulez les boules dans la poudre de cacao pour les enrober. Déposez-les sur du papier cuisson et conservez au réfrigérateur. Servez les truffes avec une tasse de café.

10. À l'aide d'une fourchette à tremper, plongez les boules de chocolat (photo n° 8) dans le chocolat de couverture (photo n° 9). Enrobez-les de cacao.

# Pavé fondant au chocolat,

## SAUCE PISTACHE



POUR 4 PERSONNES

Pour le pavé au chocolat
70 g de chocolat noir extra amer
70 g de beurre
1 œuf + 1 jaune d'œuf + 2 blancs d'œufs
65 g de sucre
1 c. à c. de farine

Pour la sauce pistache
20 cl de lait
1 gousse de vanille
20 g de pâte de pistache
2 jaunes d'œufs
40 g de sucre

1 c. à s. de cacao
8 bâtonnets d'écorce de pamplemousse confite
20 g de beurre pour les moules
Farine pour les moules

Préparation du pavé au chocolat
Concassez le chocolat. Faites fondre le beurre et, pendant qu'il est encore chaud, ajoutez-y le chocolat concassé. Remuez jusqu'à ce que le mélange devienne lisse et homogène.

Mélangez 1 œufentier et 1 jaune d'œufavec 20 g de sucre, puis travaillez au fouet jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

**1. Ajoutez le chocolat au beurre fondu.**

**2. Remuez jusqu'à ce que le beurre et le chocolat prennent une consistance lisse et homogène.**

**3. Versez le sucre sur l'œuf et le jaune d'œuf, battez au fouet.**

Incorporez 1 c. à c. de farine au mélange d'œufs et de sucre. Ajoutez le beurre au chocolat et remuez à l'aide d'un fouet.
Battez les blancs d'œufs en neige et incorporez le reste de sucre.

**4. Ajoutez la farine.**

**5. Versez sur le mélange obtenu le beurre au chocolat (photo n° 2), mélangez au fouet.**

**6. Après avoir battu les blancs d'œufs en neige, ajoutez le reste de sucre.**

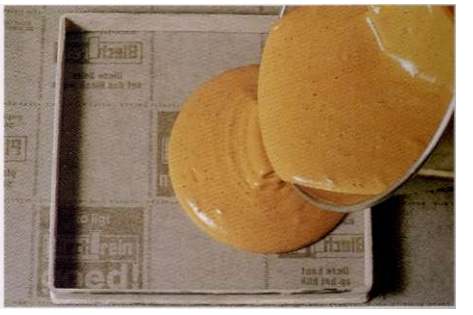
Ajoutez à l'appareil au chocolat les blancs d'œuts battus en neige en mélangeant à la spatule, jusqu'à ce que les blancs retombent légèrement. Préchauffez le four à 180 °C (th. 6).

Beurrez un cadre métallique de 20 cm de côté et de 1 cm de profondeur, saupoudrez-le de farine et posez-le sur une plaque de cuisson recouverte de papier cuisson. Versez la pâte chocolatée dans le moule et lissez la surface.

Mettez le fondant dans le four chaud. Après 10 min de cuisson, réduisez la température à 150 °C (th. 5) et laissez cuire encore 5 min.

**7. Ajoutez les blancs d'œufs en neige (photo n° 6) à l'appareil au chocolat (photo n° 5).**

**8. Remuez vigoureusement de manière à ce que les blancs retombent légèrement.**



**9. Versez la pâte à fondant (photo n° 8) dans un moule de 20 cm de côté.**

Préparation de la sauce pistache
Portez le lait à ébullition avec la gousse de vanille. Retirez du feu et laissez infuser 10 min. Ajoutez la pâte de pistache et mélangez soigneusement.

Fouettez les 2 jaunes d'œufs avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse.

**10. Portez à ébullition le lait destiné à la sauce pistache avec la gousse de vanille.**

**11. Incorporez la pâte de pistache.**

**12. Ajoutez le sucre aux jaunes d'œufs, battez avec un fouet à main pour faire blanchir le mélange.**

Versez un peu de lait chaud à la pistache sur les jaunes d'œufs sucrés en remuant, puis reversez la préparation dans la casserole de lait chaud.

Faites cuire sans cesser de remuer jusqu'à ce que la crème nappe la spatule (82 °C), comme une crème anglaise. Filtrez dans une passoire. Réservez cette sauce pistache au frais.

**13. Versez dans le saladier contenant les jaunes d'œufs (photo n° 12) un peu de lait chaud à la pistache, mélangez.**

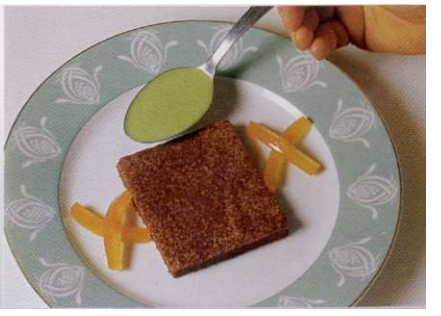
**14. Transvasez la préparation dans la casserole de lait, faites cuire en remuant.**

**15. Vérifiez la consistance de la sauce : un trait tracé avec un doigt sur la spatule doit rester visible.**

Finition et présentation
Lorsque le fondant est cuit, démoulez-le et coupez-le en quatre parts. Saupoudrez légèrement de cacao puis déposez les parts sur des assiettes. Décorez avec des bâtonnets d ecorce de pamplemousse confite. Nappez une partie des assiettes de sauce pistache. Servez le pavé fondant au chocolat tiède.

**16. Filtrez la sauce pistache dans une passoire.**

**17. Démoulez le pavé dès qu'il est cuit, saupoudrez-le de cacao.**



**18. Dressez les parts de pavé fondant au chocolat sur des assiettes, garnissez de bâtonnets d'écorce de pamplemousse confite, accompagnez de sauce pistache.**

# Tarte au chocolat fondant

## Pour 8 personnes

Pour la pâte sucrée
70 g de sucre glace
75 g de beurre
3 jaunes d'œufs
180 g de farine

Pour la crème au chocolat
200 g de chocolat noir amer
à 53 % de cacao
20 cl de crème fraîche
1 œuf
8 cl de lait

20 g de beurre pour le cercle

Préparation de la pâte sucrée
Mélangez soigneusement à la spatule le sucre glace et le beurre. Ajoutez les jaunes d'oeufs, mélangez à nouveau, versez la farine en une seule fois puis travaillez la pâte rapidement. Laissez-la reposer au moins 1 h au réfrigérateur.

**1. Les ingrédients de la pâte sucrée.**

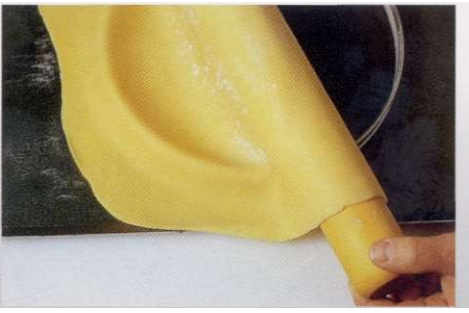
**2. Travaillez à la spatule le sucre glace et le beurre.**

**3. Lorsque le mélange est homogène, ajoutez les jaunes d'oeufs.**

Beurrez un cercle à tarte en inox de 20 cm de diamètre.
Abaissez la pâte sucrée sur 2 mm d'épaisseur, enroulez-la sur un rouleau à pâtisserie et dépliez-la au-dessus du cercle posé sur une plaque de cuisson. Appuyez légèrement sur la pâte pour qu'elle se place bien dans le moule. Laissez reposer au trais pendant 30 min.

Préchauffez le four à 200 °C (th. 7). Retirez le surplus de pâte autour du moule et lissez avec le doigt pour égaliser. Enfournez et faites cuire la pâte à blanc pendant 10 min.

4. **Ajoutez en une fois la farine, mélangez rapidement. Laissez reposer la pâte 1 h au réfrigérateur.**



**5. Enroulez l'abaisse de pâte sur le rouleau à pâtisserie, étendez-la sur le cercle en inox.**

**6. Foncez le cercle en appuyant légèrement sur l'abaisse pour l'adapter au moule, laissez reposer 30 min. Coupez l'excédent de pâte, égalisez le bord.**

Préparation de la crème au chocolat
Râpez grossièrement le chocolat. Portez la crème fraîche à ébullition, retirez du feu, ajoutez le chocolat râpé et faites-le fondre en remuant jusqu'à l'obtention d'une crème lisse. Laissez tiédir.

Battez l'œuf, versez le lait froid dessus et mélangez. Incorporez ce mélange au chocolat fondu tiède, puis passez au chinois.

**7. Après l'ébullition de la crème fraîche, retirez du feu, ajoutez le chocolat râpé.**

**8. Faites fondre le chocolat en remuant au fouet jusqu'à ce qu'il soit lisse.**

**9. Versez le mélange d'œuf et de lait sur le chocolat.**

Garnissez le fond de tarte cuit à blanc de crème au chocolat. Faites cuire de 15 à 18 min au four à 150 °C (th. 5). Vérifiez le degré de cuisson en tapotant la plaque du four : la crème doit être prise tout en restant légèrement tremblotante. Sortez la tarte au chocolat du four, retirez le cercle en inox, et servez encore tiède.

Sur la photo de la page 432, la tarte a été décorée avec des morceaux de chocolat enrobés de cacao.

**10. La tarte au chocolat fondant est cuite. La consistance de la crème au chocolat (prise tout en restant tremblotante) constitue le point clé de cette recette.**

# Tarte au citron

POUR 4 PERSONNES

Pour la pâte sablée
1 gousse de vanille
80 g de beurre
1 œuf + 1 jaune d'œuf
60 g de sucre glace
40 g de poudre d'amande
100 g de farine
1 pincée de sel

Pour la crème au citron
65 g de beurre
100 g de sucre en poudre
5 cl de jus de citron
1 citron non traité
2 œufs

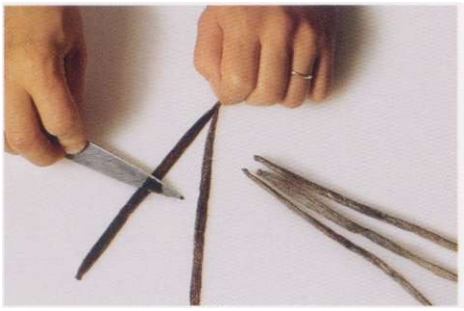
Pour la garniture
8 citrons
10 cl d'eau
500 g de sucre cristallisé
100 g de confiture d'abricots
Un peu de sirop de grenadine

40 g de sucre glace pour saupoudrer

Préparation de la pâte sablée
Fendez en deux la gousse de vanille dans le sens de la longueur et prélevez les graines en raclant l'intérieur avec la pointe d'un couteau.

Réunissez dans un saladier le beurre, l'œuf, le jaune d'œuf, les graines de vanille et le sucre glace. Travaillez le mélange à la spatule.

Lorsqu'il est devenu bien homogène, incorporez la poudre d'amande, la farine et le sel. Formez une boule avec la pâte, puis laissez reposer 1 h minimum au réfrigérateur.



1. Fendez la gousse de vanille en deux dans le sens de la longueur, raclez avec un couteau les graines qui sont à l'intérieur.

2. Mélangez à la spatule le beurre, l'œuf, le jaune d'œuf, les graines de vanille et le sucre glace.

3. Ajoutez la poudre d'amande, la farine et le sel, travaillez la pâte.

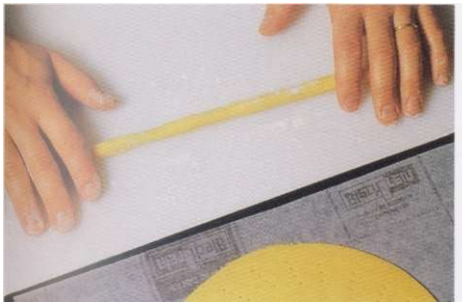
Lorsque la pâte a reposé, préchauffez le four à 190 °C (th. 6-7). Abaissez la pâte sur 2 mm à l'aide d'un rouleau à pâtisserie. Posez dessus un cercle en inox de 22 cm de diamètre, et coupez un disque bien rond. Posez l'abaisse de pâte sur une plaque à pâtisserie couverte de papier cuisson, puis piquez-la à la fourchette.

4. Roulez la pâte en boule, laissez-la reposer au moins 1 h au réfrigérateur.

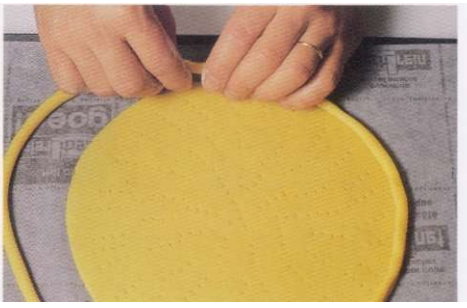
5. Étalez la pâte.

6. Avec un cercle en inox de 22 cm de diamètre, découpez l'abaisse de pâte en un disque bien rond.

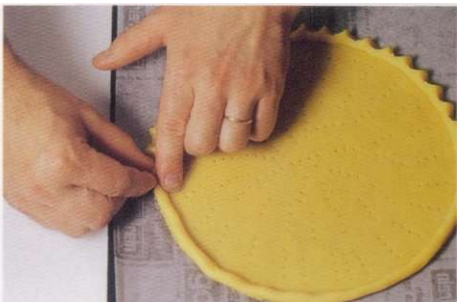
Avec le reste de la pâte, formez un boudin long et fin. Humidifiez le tour du fond île tarte, posez le boudin en appuyant pour le faire adhérer puis dentelez-le en le pinçant régulièrement avec les doigts. Mettez dans le four chaud et faites cuire la pâte à blanc pendant 8 à 10 min. Laissez refroidir.



**7. Roulez le reste de la pâte en boudin long et fin.**



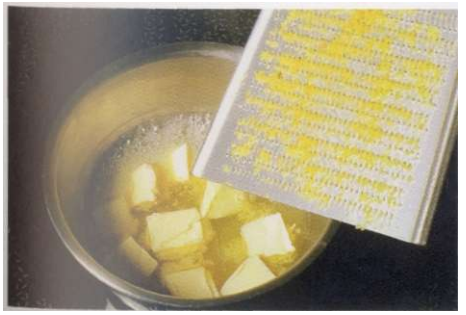
**8. Fixez le boudin de pâte sur le tour du fond de tarte humidifié.**



**9. Pincez le bord en appuyant avec deux doigts à intervalles réguliers.**

Préparation de la crème au citron
Réunissez dans une casserole le beurre, le sucre et le jus de citron. Râpez dessus le zeste du citron et faites chauffer à feu doux. Battez les oeufs à la fourchette.

A ébullition, ajoutez les œufs et poursuivez la cuisson à feu doux pendant 1 min en remuant, jusqu'à l'obtention d'une consistance de crème. Transvasez cette crème au citron dans un plat en inox et laissez-la refroidir.

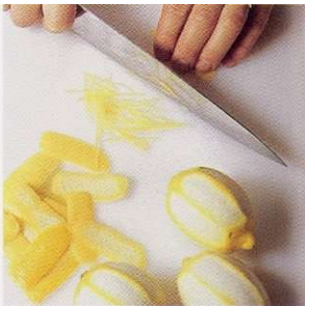


**10. Mélangez le beurre, le sucre, le jus de citron et le zeste de citron râpé destinés à la préparation de la crème au citron, faites chauffer à feu doux.**

**11. À ébullition, ajoutez les œufs battus, faites cuire à feu doux jusqu'à l'obtention d'une consistance de crème.**

Préparation de la garniture
Prélevez le zeste de 2 citrons. Pelez tous les citrons à vif, détachez les quartiers en insérant la lame d'un couteau le long des membranes. Retirez les pépins.
Taillez en fine julienne le zeste prélevé sur les 2 citrons.

**12. Pelez à vif les citrons, détachez-en les quartiers, en insérant la lame d'un couteau le long des membranes.**



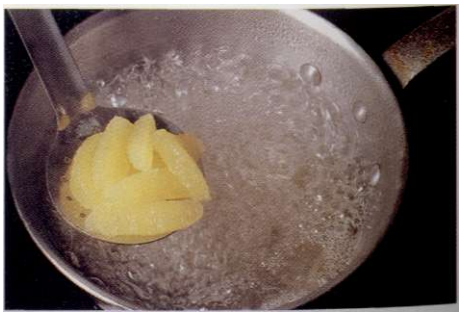
**13. Taillez en fine julienne le zeste de 2 citrons.**

Faites blanchir brièvement la julienne de citron puis égouttez-la. Ajoutez-la au sirop de grenadine et faites-la cuire à feu doux et à petits frémissements pendant 15 min. Lorsque la julienne est cuite, égouttez-la puis hachez-la très finement.

Portez à ébullition 10 cl d'eau avec 500 g de sucre cristallisé pour obtenir un sirop. À l'aide d'une écumoire, plongez dans ce sirop les quartiers de citron par petites quantités, et retirez-les dès que le sirop se remet à frémir. Procédez de la même façon pour tous les quartiers de citron. Egouttez-les et laissez-les refroidir.

14. Faites rapidement blanchir la julienne.

15. Après l'avoir égouttée, mettez la julienne dans le sirop de grenadine. Faites cuire 15 min à feu doux. Hachez-la.

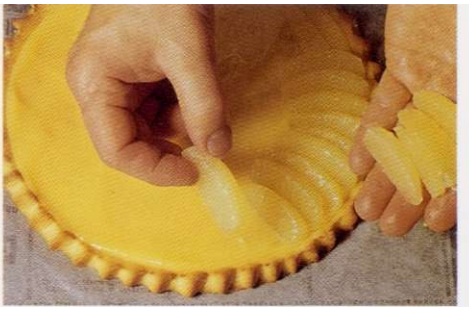


16. Déposez quelques tranches de citron sur une écumoire, plongez-la dans le sirop, retirez-la dès que le liquide entre en ébullition.

Finition de la tarte
Recouvrez le fond de tarte cuit à blanc d'une couche de crème au citron de 3-4 mm d'épaisseur puis rangez dessus régulièrement les quartiers de citron froids.

Faites tiédir la confiture d'abricots, puis glacez-en soigneusement les quartiers de citron avec un pinceau.

17. Garnissez le fond de tarte cuit à blanc d'un lit de crème au citron de 3-4 mm d'épaisseur.



18. Disposez sur la crème au citron les quartiers de citron.

19. Enduisez au pinceau les quartiers de citron avec la confiture d'abricots.

Parsemez la tarte de zeste de citron haché et saupoudrez le tour de sucre glace.

**20. Parsemez toute la surface de la tarte de zeste de citron haché parfumé au sirop de grenadine.**

21. Saupoudrez de sucre glace le tour de la tarte au citron.

# Croustillant aux noix

POUR 4 PERSONNES

Pour le croustillant
20 g de beurre mou
30 g de blanc d'œuf
30 g de farine
80 g de sucre glace

Pour le chocolat fondant
10 g de cacao
5 g de lait en poudre
10 g de sucre en poudre

Pour la crème Chiboust
12 cl de lait
1 gousse de vanille
2 œufs
85 g de sucre en poudre
15 g de farine
20 g de gélatine
1 cl de liqueur de noix

Pour la crème glacée aux noix
25 cl de lait
20 g de pâte de noix
20 g de sirop de glucose
75 g de sucre en poudre
3 jaunes d'œufs
2 g de stabilisateur pour crème glacée
15,5 cl de crème fraîche

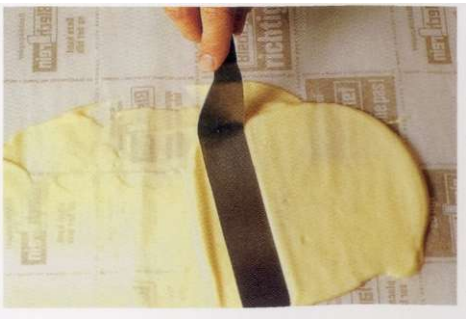
200 g de biscuit au chocolat (voir p. 428)
50 g de sucre glace
20 cl de crème anglaise à la vanille (voir p. 456)
Beurre pour les cercles

Préparation du croustillant
Préchauffez le four à 180 °C (th. 6). Réunissez dans un saladier le beurre, le blanc d'œuf, la farine et 40 g de sucre glace, puis mélangez soigneusement jusqu'à l'obtention d'une consistance lisse et homogène.

Étalez la pâte sur une plaque couverte de papier cuisson et faites-la cuire 5 min au four. Émiettez-la grossièrement dès la sortie du four.

**1. Mélangez le beurre, le blanc d'œuf, la farine et 40 g de sucre glace pour préparer le croustillant.**

**2. Travaillez le mélange jusqu'à ce qu'il devienne lisse et homogène.**



**3. Étalez la pâte sur une plaque recouverte de papier cuisson.**

Recouvrez une plaque à four de papier cuisson puis déposez-y 12 cercles en inox de 6 cm de diamètre et de 3 cm de hauteur. Remplissez le fond des cercles de miettes de croustillant.

Retirez les cercles, saupoudrez les miettes de croustillant de 40 g de sucre glace puis faites caraméliser à la salamandre ou sous un gril chaud. Réservez dans un endroit sec.

**4. Émiettez la pâte à croustillant après la cuisson au four.**

**5. Formez des disques avec les miettes de croustillant avec des cercles en inox de 6 cm de diamètre.**

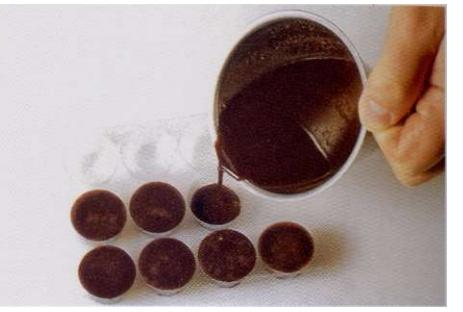
**6. Saupoudrez de sucre glace.**

Préparation du chocolat fondant
Portez à ébullition 5 cl d'eau puis ajoutez le cacao, le lait en poudre et le sucre en poudre.

Portez de nouveau à ébullition. Versez la préparation dans des petits moules ronds en plastique et laissez-la prendre au congélateur.

7. Faites caraméliser à la salamandre les disques de croustillant poudrés de sucre.

8. Portez à ébullition l'eau destinée à la préparation du chocolat fondant, diluez-y le cacao, le lait en poudre et le sucre en poudre.



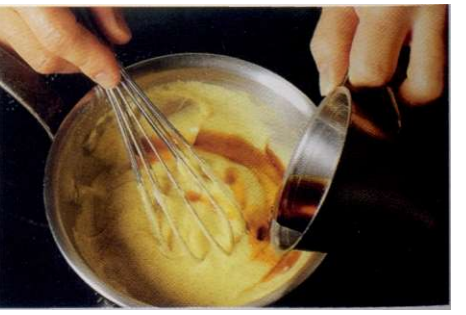
9. Remplissez des petits moules ronds en plastique de chocolat fondant, laissez prendre au congélateur.

Préparation de la crème Chiboust
Faites tremper la gélatine dans un peu d'eau froide. Portez à ébullition le lait avec la gousse de vanille fendue en deux, retirez du feu puis laissez infuser quelques minutes. Fouettez les jaunes d'œufs avec 20 g de sucre en poudre jusqu'à ce que le mélange blanchisse. Délayez avec un peu de lait chaud, versez le mélange dans la casserole de lait puis incorporez la farine.

Remettez sur le feu, portez à ébullition et laissez cuire 2-3 min. Retirez la crème du feu, égouttez la gélatine, ajoutez-la et mélangez. Versez la liqueur de noix et mélangez à nouveau.

**10. Prélevez une petite quantité de lait bouilli, ajoutez-le au mélange de sucre et de jaunes d'œufs. Reversez le mélange dans la casserole**

**11. Incorporez la farine, portez à ébullition en remuant pour obtenir une crème pâtissière.**



**12. Retirez du feu, ajoutez la gélatine ramollie et égouttée, mélangez, incorporez la liqueur de noix.**

Faites chauffer 65 g de sucre en poudre jusqu'au stade du petit boulé (121 °C). Pendant ce temps, battez les blancs d'œufs en neige serrée. Incorporez petit à petit le sucre aux blancs d'œufs battus en fouettant et continuez à battre pendant quelques minutes pour obtenir une meringue bien ferme.

Mélangez la meringue à la crème pâtissière aromatisée à la noix pour achever la confection d'une crème Chiboust bien homogène.

13. Faites cuire 65 g de sucre en poudre jusqu'au stade du petit boulé (121 °C).

14. Petit à petit, ajoutez le sucre petit boulé aux blancs d'œufs battus en neige serrée, fouettez le tout en meringue ferme.

15. Incorporez la meringue chaude à la crème pâtissière parfumée à la noix.

## Petit boulé

Ce terme spécifique désigne une étape d cuisson du sucre. Il qualifie la consistance ' I une goutte de sirop qui, après avoir été plongée dans l'eau pour la rafraîchir, forme une petite boule souple lorsqu'elle est roulée entre les doigts. Au stade du petit boulé, le sucre atteint une température de 121 °C.

À l'aide d'un emporte-pièce, coupez le biscuit au chocolat en 4 disques de 6 cm de diamètre. Beurrez 4 cercles en inox de 6 cm de diamètre et de 3 cm de hauteur, et garnissez le fond de chaque cercle avec un disque de biscuit au chocolat.

Recouvrez le biscuit de crème Chiboust. Après avoir démoulé les cylindres de chocolat fondant sortis du congélateur, déposez-en un au centre de chaque timbale. Garnissez à nouveau d'une couche de crème Chiboust de manière à masquer le chocolat entièrement, puis lissez la surface de la crème à la spatule. Laissez au moins 1 h au réfrigérateur.

**16. Disposez les tranches de biscuit coupées en disques dans le fond de 4 cercles en inox de 6 cm de diamètre et de 3 cm de hauteur.**

**17. Nappez les biscuits d'une couche de crème Chiboust.**

**18. Insérez dans la couche de crème Chiboust les cylindres de chocolat fondant congelés.**

Préparation de la crème glacée aux noix
Portez le lait à ébullition puis ajoutez la pâte de noix, le sirop de glucose et 25 g de sucre en poudre. Fouettez les jaunes d'œufs avec le reste du sucre en poudre et le stabilisateur.

**19. Recouvrez entièrement le chocolat fondant d'une nouvelle couche de crème Chiboust.**

**20. Amenez à ébullition le lait réservé à la préparation de la crème glacée, incorporez-y la pâte de noix.**

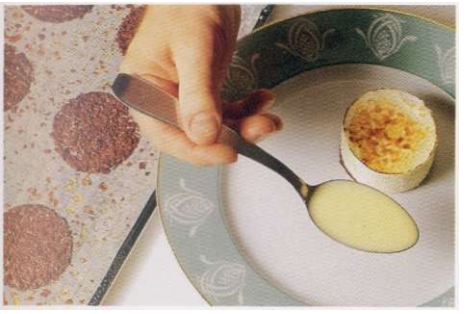
Versez dessus progressivement le lait chaud, en remuant, puis faites cuire, sans cesser de remuer, jusqu'à la température de 82 °C (crème anglaise). A ce stade, un doigt passé sur la spatule doit laisser une trace nette. Ajoutez la crème fraîche puis retirez du feu. Laissez refroidir, mettez en sorbetière et faites prendre en glace.

21. Ajoutez aux jaunes d'œufs fouettés le lait aromatisé à la noix, en remuant.

22. Faites réduire jusqu'à ce que la crème nappe la spatule.

Finition et présentation
Superposez en millefeuille 3 croustillants, en intercalant à l'aide d'une poche à douille deux couches de crème glacée aux noix.
Après avoir légèrement réchauffé le tour des timbales de crème Chiboust, retirez les cercles. Saupoudrez de sucre glace la surface de la crème et faites-la caraméliser rapidement, sans la soumettre à une chaleur excessive pour que le cœur de chocolat ne fonde pas.

Nappez le centre des assiettes de crème anglaise à la vanille et déposez sur chacune d'elles une timbale de crème Chiboust. Accompagnez d'un croustillant fourré de crème glacée aux noix, et servez aussitôt.



**23. Déposez sur chaque assiette une timbale de crème Chiboust caramélisée, versez un peu de crème anglaise à la vanille.**

**24. Déposez un millefeuille de croustillants garni de crème glacée aux noix.**

# VIANDES & VOLAILLES

## Consommé de volaille

Le bouillon dégraissé d'une poule au pot ou d'ailes de volailles
1 carotte
1 poireau
1/2 branche de céleri
2 blancs d'œufs
2 branches de cerfeuil
4 grains de poivre concassés

Épluchez et lavez les légumes. Hachez-les finement au robot. Dans un saladier, écrasez 4 glaçons, puis ajoutez les légumes hachés, 10 cl d'eau et 2 blancs d'œufs. Mélangez au fouet, jusqu'à ce que le mélange mousse. Dans une casserole portez le bouillon à ébullition. Versez-en un tiers sur le mélange précédent tout en remuant énergiquement pour éviter que les blancs d'œufs ne cuisent. Puis reversez ce mélange dans la casserole de bouillon. Fouettez quelques minutes et portez à nouveau à ébullition. Remuez avec une spatule en bois et frottez le fond et les parois de la casserole pour que les blancs ne collent pas.

Dès la première ébullition, le bouillon va devenir très clair. Cessez de remuer et baissez le feu. Au centre, faites un petit trou à la surface de manière à former une cheminée à travers la coagulation. Veillez à ce qu'elle reste ouverte et que la cuisson reste douce, car le bouillonnement mélangerait l'ensemble. Toutes les 5 min, remontez une louche de bouillon et aspergez-en la surface. Laissez frémir 10 min. Ajoutez le poivre et le cerfeuil et laissez frémir encore 10 min.

Une fois la cuisson terminée, laissez le bouillon refroidir 1 à 2 h. Il continuera à se clarifier et à prendre du goût.

Rincez plusieurs fois un torchon propre. Posez-le sur une passoire fine au-dessus d'un saladier. À l'aide d'une louche, écartez délicatement la surface coagulée, prélevez du bouillon et versez-le au-dessus de la passoire. Prenez soin de ne pas troubler le bouillon et ne versez surtout pas tout le contenu de la casserole. Le consommé obtenu doit être limpide.

## Bouillon de volaille / bouillon de poule

1 kg d'os de volaille et de parures
1 carotte
1 oignon piqué de 1 clou de girofle
1 poireau moyen
1 branche de céleri
1 gousse d'ail
1 bouquet garni
Sel

Faites blanchir les os et les parures. Mettez-les dans une grande casserole, couvrez d'eau et portez à ébullition. Sortez-les de l'eau et passez-les sous l'eau froide.

Placez-les dans une casserole avec 2 l d'eau et 1 c. à c. de sel. Portez à ébullition et écumez. Épluchez tous les légumes et ajoutez-les dans la casserole. Laissez cuire à petits frémissements pendant 1 h 30. Passez à travers une passoire couverte de papier absorbant.

Ce bouillon de volaille, de couleur claire, est utile pour toutes vos sauces, crèmes de légumes, veloutés, etc.

Conservez-le au réfrigérateur ou au congélateur.

## Fond blanc de volaille / fond de volaille

1 kg d'os et de carcasse de volaille concassés
1 oignon piqué d'un clou de girofle
1 poireau moyen
100 g de champignon
1 carotte
1 branche de céleri
1 gousse d'ail
1 bouquet garni (persil, thym, laurier enveloppés dans 1 feuille de poireau, ficelés)
1 c. à c. de gros sel

Lavez les os et les légumes.

Mettez les os dans une grande casserole et couvrez d'eau froide. Portez à ébullition puis laissez bouillir 2 à 3 minutes. Retirez les os à l'aide d'une écumoire. Rafraîchissez-les sous l'eau froide et placez-les dans une casserole. Couvrez de 2 l d'eau froide et ajoutez 1 c. à c. de gros sel. Portez à ébullition et écumez.

Pendant ce temps, épluchez les légumes. Vous pouvez soit les couper en morceaux, soit les laisser entiers. Ajoutez-les aux os et laissez cuire à feu doux environ 3 h.

Passez le tout à travers une passoire fine couverte d'un linge propre puis laissez refroidir au réfrigérateur.

# Gelée de poule

Pour 2,5 l
2 kg d'abattis de volaille
1 gros oignon
1 carotte
1 clou de girofle
1 gros bouquet (thym, céleri, persil, poireau)
1 pied de veau
1 petite poignée de gros sel
5 l d'eau

Clarification
1 poireau
1 carotte
1 tomate
1 branche de céleri
2 queues de persil
1 pincée de thym
1 pincée de poivre mignonette
10 blancs d'œuf (pas trop frais)
8 cubes de glace

Faites blanchir le pied de veau 10 min en démarrant à l'eau froide salée et rafraîchissez-le. Préparez le bouquet garni, pelez la carotte et l'oignon ; coupez l'oignon en 4 et piquez le clou de girofle dans l'un des quartiers. Hachez finement tous les légumes prévus pour la clarification.
Réunissez dans une marmite les abattis, le pied de veau, le bouquet, les quartiers d'oignon et la carotte. Mouillez avec 5 l d'eau froide et assaisonnez avec une petite poignée de gros sel.
Portez sur un bon feu et menez à ébullition en écumant souvent. Laissez ensuite cuire pendant 4 h à petits bouillons en écumant de temps en temps.
Passez au chinois dans une autre casserole : il doit vous rester 2,5 l de bouillon.
Cassez les 10 blancs d'œufs en leur donnant quelques coups de fouet. Ajoutez-leur tous les légumes de la clarification, le thym, le poivre et 8 cubes de glace pilés.
Portez le bouillon à ébullition, versez-y doucement la clarification en brassant lentement et jusqu'au fond de la casserole à l'aide d'une écumoire. Brassez jusqu'à la reprise de l'ébullition et laissez ensuite frémir une demi-heure. À l'endroit où les bouillons apparaissent plus forts en surface, creusez un trou à l'aide d'une louche et puisez-y de temps en temps du bouillon dont vous arroserez toute la surface.
Retirez du feu et laissez reposer un quart d'heure.
Tapissez une passoire ou un chinois avec un linge en étamine mouillé et essoré et passe la gelée au travers. Elle durcira en refroidissant.

# Gelée de veau

Pour 2,5 l
1 pied de veau
4 l d'eau
sel

Fendez le pied de veau en 2 dans le sens de la longueur et détachez l'os central. Mettez-le tout dans une casserole avec de l'eau froide salée, amenez à ébullition, laissez frémir 2 min, puis posez la casserole sous le robinet d'eau froide et laissez couler l'eau pendant 15 min pour rafraîchir le pied de veau.
Remettez le pied dans une casserole avec 30 g de sel et 4 l d'eau, puis laissez cuire 3 h à petits bouillons. Passez au chinois.

# Glace d'agneau

Pour 2 l
1 carcasse d'agneau
1 gros oignon
1 carotte
2 gousses d'ail
2 échalotes
1 bouquet garni
1 c. à s. de graines de coriandre
0,5 l de vin rouge
0,5 dl d'huile d'arachide
2 grosses pincées de gros sel
1 l d'eau

Concassez la carcasse d'agneau en petits morceaux. Pelez l'oignon, la carotte, les échalotes et détaillez-les en dés de 1 cm de côté.
Pelez les gousses d'ail. Préparez le bouquet garni (thym, céleri, poireau et persil). Faites réduire le vin de moitié après lui avoir ajouté le bouquet. Concassez les graines de coriandre.
Faites fortement chauffer l'huile dans une casserole large. Lorsqu'elle fume, jetez-y les morceaux de carcasse et laissez-les colorer et brunir en remuant sans arrêt pour que le fond n'attache pas. Retirez les morceaux de carcasse bien colorés et laissez-les égoutter dans une passoire. Ajoutez dans la casserole tous les légumes et la coriandre concassée, remuez quelques minutes pour les colorer aussi. Remettez les os, mouillez avec 1 l d'eau. Grattez bien le fond pour récupérer les sucs, ajoutez le vin réduit et salez ave 2 grosses pincées de gros sel. Laissez cuire 1 h à 1 h 30 à feu moyen en écumant.
Passez au chinois ou à la passoire fine ; il doit vous rester 7 dl de fond. Si vous en avez davantage, remettez à réduire sur le feu, si vous en avez moins, ajoutez de l'eau pour compléter. Gardez en attente au frigo ou au congélateur.
Faites cuire et réduire 7 dl de fond d'agneau jusqu'à ce qu'il ne reste plus que 2 dl. Gardez en attente au frigo ou au congélateur.

# Fond de veau

1 kg d'os de veau concassés avec quelques os de porc
1 carotte
1 gros oignon
10 cm de céleri branche
100 gr de champignons
1 gousse d'ail
1 bouquet garni (persil, thym, laurier enveloppés dans 1 feuille de poireau, ficelés)
4 branches de cerfeuil
1/2 branche d'estragon
2 tomates
sel

Préchauffez votre four à 200 °C (th. 6-7) pendant 10 min. Mettez les os dans un plat à gratin. Faites-les colorer au four de 15 à 30 min. Remuez-les de temps en temps à l'aide d'une écumoire.
Lavez, épluchez et découpez en gros morceaux la carotte, l'oignon, le céleri branche et les champignons. Ajoutez-les à la viande et remettez au four pour 10 min en mélangeant bien pour que les légumes se colorent. Sortez du four. À l'aide d'une écumoire, sortez les os et les légumes du plat, mais faites attention à laisser la graisse dans le fond.
Déposez les os et les légumes dans un faitout. Couvrez de 2 litres d'eau froide. Ajoutez l'ail, le bouquet garni, le cerfeuil, l'estragon et les tomates coupées en dés.
Portez à ébullition, puis ajoutez une pointe de sel, indispensable pour faire jaillir les saveurs.
Faites bouillir, puis écumez. Laissez frémir 4 heures, en prêtant attention à ce que l'eau ne bout jamais. Écumez et dégraissez toutes les demi-heures.
À la fin de la cuisson, passez le jus à travers une passoire fine couverte d'un linge propre. Laissez-le refroidir, puis mettez-le au réfrigérateur 12 h. Vous pouvez alors ôter facilement la couche de gras solidifié à la surface.

# Jus de canard

1 kg d'os de volaille et de parures
1 carotte
1 oignon piqué de 1 clou de girofle
1 poireau moyen
1 branche de céleri
1 gousse d'ail
1 bouquet garni
Sel

Concassez assez finement les os et parures. Pelez la carotte et l'oignon et taillez-les en dés de 3-4 mm de côté. Préparez le bouquet garni. Dans une grande casserole, faites chauffer à feu vif l'huile. Ajoutez les abattis et laissez-les bien prendre couleur sur toutes les faces, en remuant de temps en temps.
Lorsque les abattis sont très colorés, ajoutez la garniture de légumes et faites-la également colorer. Mouillez avec 1 l d'eau (les abattis et les légumes doivent être juste couverts) et ajoutez le sel.
Portez à ébullition en écumant de temps en temps, mais pas trop souvent, pour ne pas trop dégraisser le jus. Laissez cuire 1 h à petits bouillons. 10 min avant la fin de la cuisson, poivrez.
Laissez reposer 15 min et passez au chinois : vous devez obtenir environ 25 cl de jus.

# Jus de volaille

1 kg d'abattis de volaille
1/2 carotte
1/2 oignon
1 bouquet garni
2 gousses d'ail non pelées
Épluchures de champignons de Paris (facultatif)
5 cl d'huile
1 pincée de sel
1 pincée de poivre mignonnette

Concassez assez finement les abattis. Pelez la carotte et l'oignon et taillez-les en dés de 3-4 mm de côté. Préparez le bouquet garni. Si vous disposez de parures de champignons de Paris, hachez-les grossièrement.
Dans une grande casserole, faites chauffer à feu vif l'huile. Ajoutez les abattis et laissez-les bien prendre couleur sur toutes les faces, en remuant de temps en temps.
Lorsque les abattis sont très colorés, ajoutez la garniture de légumes et faites-la également colorer.
Mouillez avec 1 l d'eau (les abattis et les légumes doivent être juste couverts) et ajoutez le sel.
Portez à ébullition en écumant de temps en temps, mais pas trop souvent, pour ne pas trop dégraisser le jus. Laissez cuire 1 h à petits bouillons. 10 min avant la fin de la cuisson, poivrez.
Laissez reposer 15 min et passez au chinois : vous devez obtenir environ 25 cl de jus.

# POISSONS & CRUSTACÉS

## Court-bouillon

100 g de carotte
100 g d'oignon
50 g de ranche de céleri
*VA* d'anis étoilé
1 bouquet garni (poireau, thym, queues de persil)
12 g de poivre en grains
4 bandes de zeste d'orange
45 g de gros sel
1 pincée de graines de fenouil
4 l d'eau
1 dl de vinaigre d'alcool coloré
5 dl de vin blanc

Lavez, pelez les carottes, les oignons, le céleri et coupez-les en morceaux. Réunissez dans une grande casserole tous les ingrédients prévus, sauf le vinaigre et le vin, puis faites cuire 20 min.
Ajoutez alors le vinaigre et le vin et laissez en attente. Vous reporterez le court-bouillon à ébulliion avant d'y faire cuire les crustacés et poissons.

## Bouillon de homard

1 tête de homard (coffre)
2 c. à c. d'huile d'olive
2 échalotes
1 oignon
10 cl de vin blanc sec
1 bouquet garni

Pelez les échalotes et l'oignon. Hachez l'échalote et émincez l'oignon. Faites chauffer l'huile d'olive dans une grande cocotte. Faites-y revenir le cotfre de homard avec les échalotes et l'oignon.
Versez le vin blanc et 1 1 d'eau. Ajoutez le bouquet garni. Laissez cuire ainsi pendant 30 min à feu doux. Éteignez le feu et passez à travers une passoire fine couverte de papier absorbant.

## Fumet de poisson

1 kg d'arêtes et de têtes de poisson (de préférence de sole ou de turbot)
1 oignon
1 échalote
100 g de champignons
30 g de beurre
10 cl de vin blanc sec
1 bouquet garni

Faites préparer les arêtes et les têtes par votre poissonnier. Épluchez l'oignon et l'échalote. Émincez-les avec les champignons. Faites fondre le beurre dans une casserole à feu doux. Ajoutez-y l'oignon, l'échalote et les champignons.
Laissez cuire 3 min sans les laisser colorer. Ajoutez les arêtes et les têtes bien égouttées puis laissez revenir 3-4 min.
Versez le vin blanc avec 1,5 1 d'eau froide et le bouquet garni. Une fois que le liquide frémit à nouveau, laissez cuire 20 min maximum, en écumant régulièrement. Surveillez bien, car le
liquide ne doit pas dépasser le stade du frémissement. Laissez refroidir 30 min pour faire tomber les impuretés au fond.
Passez le fumet à travers une passoire fine recouverte de papier absorbant.

## Jus de moule

1 kg de moules
2 échalotes
1 bouquet garni
10 cl de vin blanc sec

Nettoyez les moules et ébarbez-les. Pelez et hachez les échalotes. Mettez-les dans une casserole avec les moules, le bouquet garni, le vin blanc et 1/2 1 d'eau. Portez à ébullition et laissez bouillir 3 min. Arrêtez le feu, couvrez et laissez refroidir 15 min.
Égouttez les moules, tout en en récoltant bien le jus. Laissez reposer ce jus afin qu'il se décante. Passez-le à travers une passoire fine couverte de papier absorbant.
Conservez ce jus de moules au réfrigérateur. Les moules peuvent être servies en salade, en sauce, en garniture pour les pâtes.

# LÉGUMES & CHAMPIGNONS

## Bouillon de légumes

2 poireaux
3 carottes
1 branche de céleri
1 tomate
2 branches de persil
1 c. à s. rase de gros sel

Épluchez, lavez et coupez en gros morceaux tous les légumes. Mettez-les dans une casserole et recouvrez-les de 1,5 1 d'eau. Ajoutez le gros sel. Potez à ébullition, écumez puis couvrez et laissez frémir 20 min. Filtrez alors le bouillon à travers une passoire fine garnie d'un linge, sans écraser les légumes.

## Concassée de tomates

500 *g* de tomates
1 oignon
2 échalotes
1 gousse d'ail
1 bouquet garni
1 c. à s. d'huile d'olive
1 c. à s. de beurre
Vi c. à c. de sucre en poudre

Épluchez, épépinez et découpez 500 g de tomates bien mûres. Épluchez et hachez finement 1 oignon moyen et 2 échalotes. Écrasez une gousse d'ail et préparez un bouquet garni (1/2 feuille de laurier, 3 brindilles de thym frais, 5 queues de persil ficelés). Rincez-le.
Dans une cocotte, faites chauffer 1 c. à s. d'huile d'olive, puis une autre de beurre. Ajoutez la tomate et tous les ingrédients. Salez, poivrez, ajoutez Vi c. à c. de sucre en poudre, puis mélangez. Faites bouillir sur feu moyen en remuant. Laissez cuire 30 min en mélangeant régulièrement et en grattant le fond et les bords avec la spatule.

## Coulis de tomate

Pour 6-7 dl
500 g de tomates mûres
30 g de Ketchup
80 g de concentré de tomate
1 pincée de sucre
10 g de sel
1 goutte de Tabascoâ
0,6 dl de vinaigre de xérès blanc
2 dl d'huile d'olive

Entaillez les tomates, ébouillantez-les et pelez-les. Coupez-les en 2 horizontalement et retirez les graines. Coupez la pulpe des tomates en morceaux et passez-la au mixeur. Ajoutez dans e mixeur le concentré de tomate, le ketchup, le vinaigre et donnez un tour.
Ajoutez l'huile et mixez encore, mais le moins possible pour éviter que le coulis mousse

## Tapenade

200 g d'olives noires dénoyautées
1 gousse d'ail
10 filets d'anchois dessalés
1 c. à s. de câpres
3 c. à s. d'huile d'olive

Pelez la gousse d'ail, coupez-la en deux et ôtez le germe. Mixez-la avec les olives, les anchois, les câpres et l'huile d'olive.
Servez avec des tranches de baguette toastées.
Pour conserver la tapenade, ajoutez un peu d'huile d'olive dans le pot afin qu'elle forme une couche protectrice.

# PÂTES & FARINAGES

## Pâte feuilletée

13 cl d'eau froide
1 c. à c. de vinaigre d'alcool blanc
200 g de farine fluide tamisée (type 45)
250 g de beurre
3 g de sel

Mettez le beurre dans un bol, faites le fondre au micro-onde à 600 w, 30 s.
Dans un bol, versez l'eau froide, le sel et le vinaigre d'alcool. Mélangez.
Mettez la farine tamisée dans un saladier et versez au centre le mélange eau-sel-vinaigre. Commencez par rabattre à la main la farine vers le centre. Malaxez la pâte jusqu'à ce que l'eau soit absorbée, sans trop travailler. Ajoutez le beurre, mélangez rapidement pour le répartir. Rassemblez la pâte en boule.
Farinez le plan de travail et la boule de pâte. Commencez à aplatir la pâte en pressant toute la surface avec un rouleau à pâtisserie pour former un carré de 15 cm. Tournez la d'un quart de tour et pressez-la de nouveau. Faites toujours les tours dans le même sens.
Retournez sur l'autre face, renouvelez l'opération. Façonnez les bords afin de lui donner la forme d'un carré.
Étalez ce carré pour en faire un rectangle de 60 cm sur 20 cm environ et d'une épaisseur uniforme.
Le rectangle est face à vous, dans sa longueur. Repliez le tiers gauche sur le tiers du centre, puis repliez le tiers droit dessus. Passez un léger coup de rouleau dessus, toujours de gauche à droite ou de droite à gauche, en restant parallèle aux plis : c'est le premier tour.
Pensez à soulever délicatement la pâte pour fariner légèrement le plan de travail.
Faites pivoter cette pâte d'un quart de tour, étalez-la de nouveau avec le rouleau de gauche à droite ou de droite à gauche pour obtenir un rectangle de la même taille que le précédent, pliez-la en 3 de la même façon : c'est le deuxième tour.
Enveloppez cette pâte dans un film alimentaire ou dans un linge légèrement humide, mettez-la au réfrigérateur 20 min. Pratiquez ensuite les deux mêmes tours supplémentaires afin de réaliser une pâte feuilletée à « 4 tours ».

' 250 g de farine tamisée
125 g de beurre
1 jaune d'œuf
5 g de sel fin
5 cl d'eau

Un peu plus tôt, sortez le beurre du réfrigérateur et découpez-le en morceaux.
Versez la farine tamisée sur un plan de travail ou dans un saladier en formant un monticule avec un puit au milieu. Posez au centre le sel, le jaune d'œuf et le beurre. Mélangez avec les doigts. Ajoutez l'eau tout en malaxant : cette action doit être rapide pour éviter de rendre la pâte élastique.
Séparez cette pâte en 4 petites boules. Écrasez les chacune leur tour de la paume de la main. Réunissez les 4 boules sans les pétrir. Enveloppez la pâte dans un film alimentaire et mettez-la au réfrigérateur 1 h au minimum pour qu'elle se raffermisse.

## Pâte brisée sucrée

200 g de farine tamisée
1 gousse de vanille (facultatif)
40 g de poudre d'amande
5 g de sel
15 g de sucre en poudre
160 g de beurre mou
2 jaunes d'oeufs

Un peu plus tôt, sortez le beurre du réfrigérateur et découpez-le en morceaux.
Si vous utilisez la gousse de vanille, coupez la en 2 dans le sens de la longueur, raclez l'intérieur à l'aide de la pointe d'un couteau pour récupérer les graines. Réservez-les.
Placez la farine tamisée sur un plan de travail ou dans un saladier. Ajoutez la poudre d'amande et la vanille, puis mélangez. Formez un monticule avec un puits au milieu. Déposez-y le sel, le sucre, le beurre et les jaunes d'œufs. Mélangez avec les doigts. Ajoutez 5 ou 6 c. à s. d'eau tiède et recouvrez de toute la farine, puis mélangez le tout. Cette action doit être rapide pour éviter de rendre la pâte élastique.
Séparez cette pâte en 4 petites boules. Écrasez les chacune leur tour de la paume de la main. Réunissez les 4 boules sans les pétrir. Enveloppez la pâte dans un film alimentaire et mettez-la au réfrigérateur 1 h au minimum pour qu'elle se raffermisse.

# Pâte sablée

200 g de farine
160 g de beurre mou
1 gousse de vanille
120 g de sucre glace
40 g de poudre d'amande
1 pincée de sel
2 jaunes d'œufs

Un peu plus tôt, sortez le beurre du réfrigérateur et découpez-le en morceaux.
Coupez la gousse de vanille en 2 dans le sens de la longueur, raclez l'intérieur à l'aide de la pointe d'un couteau pour récupérer les graines. Réservez-les.
Dans un saladier, mélangez la farine tamisée, 40 g de sucre glace et la poudre d'amande. Versez ce mélange en monticule sur le plan de travail, creusez le centre pour y faire un puits. Mettez-y le beurre, 1 pince de sel, le reste du sucre glace et les graines de vanille. Ajoutez 5 c. à s. d'eau. Mélangez bien ces ingrédients entre eux. Ajoutez 2 jaunes d'œufs, incorporez-les au reste du mélange au centre du puits de farine, sans trop les travailler. Recouvrez le tout de farine, puis mélangez.
Sablez la pâte, c'est-à-dire pressez-en de petites quantités rapidement entre vos paumes. Recommencez l'opération deux ou trois fois au maximum. Rassemblez la pâte pour en faire une boule.
Divisez-la en 2 boules égales, mettez-les dans votre réfrigérateur entourée d'un film alimentaire environ 30 min.

# Pâte à choux

Pour 300 g de pâte
2,5 l d'eau
1 pincée de sel
125 g de beurre
125 g de farine
4 oeufs

Tamisez la farine, c'est important car cela évite par la suite les grumeaux dans la pâte.
Versez l'eau dans une casserole, ajoutez le sel ainsi que le beurre bien dur, mais coupé en petits morceaux. Si on laisse le morceau de beurre entier, l'eau s'évaporera avant que le beurre ne soit fondu et cela faussera les proportions.
Posez la casserole sur un bon feu et faites bouillir jusqu'à ce que le beurre soit fondu. Retirez du feu et versez la farine d'un seul coup en mélangeant énergiquement à la spatule. Continuez à travailler la pâte jusqu'à ce qu'elle soit desséchée en la posant et en la retirant rapidement du feu moyen, sans cesser de remuer. La pâte doit se détacher du fond et des bords de la casserole.
Retirez la pâte du feu et incorporez les œufs entiers, un par un, en travaillant bien à chaque fois, sinon la pâte sera molle. La pâte est prête lorsqu'elle garde bien sa forme et qu'elle a la consistance d'une mayonnaise très ferme ; si la pâte est trop sèche, la pâtisserie sera sèche par la suite.
Débarrassez la pâte dans un bol en attendant de la travailler, mais il est préférable de la travailler encore chaude en la mettant sans attendre dans un sac à douille et en formant tout de suite les choux ou autres pâtisseries que l'on désire réaliser.

# CONDIMENTS, SAUCES & CRÈMES

## Vinaigrette

1 c. à s. de vinaigre de vin
1 pincée de sel
Poivre blanc
3 c. à s. d'huile d'arachide ou d'huile d'olive

Fouettez le vinaigre avec le sel à la fourchette. Ajoutez 2 tours de moulin à poivre et l'huile, puis fouettez de nouveau.

Pour obtenir une vinaigrette au jus de truffe, ajoutez 20 g de jus de truffe.

## Mayonnaise

1 jaune d'œuf
1 c. à c. de moutarde
1 pincée de sel
1 pincée de poivre blanc
Quelques gouttes de vinaigre
25 cl d'huile de pépins de raisin

Dans un saladier, mettez le jaune d'œuf, la moutarde, le sel, le poivre et le vinaigre. Battez au fouet électrique ou, à défaut, au fouet manuel, en le plaçant légèrement de biais pour faciliter l'émulsion.
Ajoutez la première moitié de l'huile, goutte à goutte au départ, puis en filet. Continuez à fouetter, et lorsque la mayonnaise commence à prendre, ajoutez le reste de l'huile en filet sans cesser de fouetter.

## Sauce béchamel

65 g de beurre
65 g de farine
1 l de lait
Sel
Poivre

Faites fondre doucement le beurre dans une casserole, sans coloration. Ajoutez la farine en une fois. Mélangez intimement au fouet ces deux ingrédients tout en évitant la formation de grumeaux. Laissez cuire 2 à 3 min sur feu doux sans cesser de mélanger. Le mélange doit blanchir, mousser et bouillonner. Ne le laissez surtout pas colorer. Retirez la casserole du feu et laissez refroidir.
Faites bouillir le lait et versez-le sur le mélange refroidi. Fouettez pour obtenir une sauce lisse et sans grumeaux. Faites bouillir et laisser cuire 10 min au maximum, en remuant et en conservant une faible ébullition. Assaisonnez.
En fin de cuisson, passez la sauce béchamel à travers un tamis pour éliminer les grumeaux qui auraient pu se former.

## Beurre clarifié

Dans une casserole placée au bain-marie, laissez fondre tout doucement du beurre. Laissez-le reposer à température ambiante pendant environ 15 min.
A l'aide d'une écumoire, récupérez la mousse qui se sera formée en surface, puis jetez-la. La matière grasse de couleur blonde qui apparaît en dessous est en fait le beurre clarifié. À l'aide d'une petite louche récupérez-le délicatement. L'eau et les impuretés qui sont au fond de la casserole sont à éliminer.

## Crème anglaise

50 cl de lait
2 gousses de vanille
6 jaunes d'œufs
80 g de sucre en poudre

Remplissez une grande casserole d'eau froide, videz-la sans l'essuyer, puis versez le lait dedans : à la cuisson, il n'accrochera pas à la casserole.
Coupez la gousse de vanille en 2 dans le sens de la longueur, raclez l'intérieur à l'aide de la pointe d'un couteau pour récupérer les graines. Ajoutez-les au lait et mélangez.
Faites bouillir le lait. Dès que la préparation est à ébullition, baissez à feu très doux et laissez infuser à couvert pendant 10 min.
Pendant ce temps, dans un petit saladier, fouettez les jaunes d'œufs avec le sucre, jusqu'à ce que le mélange blanchisse et qu'il double de volume.
Une fois le lait infusé, fouettez-le légèrement et reportez à ébullition.
Prélevez ensuite 2 louches de lait et versez-les sur les œufs en fouettant. Le mélange doit devenir liquide.
Reversez ensuite ce mélange œufs-lait dans la casserole, fouettez puis faites chauffer sur feu doux au moins 5 min pour que le mélange épaississe. À l'aide d'une spatule, raclez le fond de la casserole pour que ça n'accroche pas. Surtout ne faites pas bouillir ce mélange, restez à 80 °C environ.
Eteignez le feu.
Retirez la spatule de la casserole et passez un doigt dessus : la marque doit rester, si la crème s'étale à nouveau, elle n'est pas assez cuite.
51 la crème est trop cuite, des petits grains de jaune coagulé apparaîtront.
Dès que la crème est cuite, stoppez la cuisson immédiatement en plongeant la casserole dans de l'eau froide et en remuant encore 5 min avec la spatule le temps que le tout refroidisse.
Mettez-la dans un saladier couvrez d'un film alimentaire et mettez-la au frais. La crème doit être consommée froide dans les heures qui suivent.

## Crème glacée à la noix de coco

1 boîte de 410 g de crème de noix de coco
Vi l de lait entier
V4 c. à c. de rhum blanc

Mettez le lait dans une casserole puis portez à ébullition. Hors du feu, ajoutez la crème de noix de coco et le rhum blanc. À l'aide d'un fouet mélangez, puis passez au chinois étamine. Turbinez.

## Crème pâtissière

472,5 cl de lait
Vi gousse de vanille
1 jaune d'œuf
20 g de sucre
6 g de farine
6 g de Maïzena®
20 g de beurre

Mettez le lait et la Vi gousse de vanille dans une casserole puis portez à ébullition. Ajoutez le sucre au jaune d'œuf et fouettez le mélange jusqu'à ce qu'il blanchisse, puis incorporez la farine et la Maïzena®. Délayer avec un peu de lait chaud en fouettant, puis versez le tout dans la casserole de lait. Portez à ébullition en remuant.

# A

## Abaisser

Etendre une pâte brisée, feuilletée, etc., à l'épaisseur voulue avec un rouleau à pâtisserie. La pâte obtenue prend le nom d'abaissé.

## Appareil

Terme générique désignant le mélange des différents éléments entrant dans la composition d'une préparation de cuisine ou de pâtisserie.

# B

## Beurre noisette

Etat du beurre chauffé, entre l'ébullition et le début de la coloration, précisément lorsque sa couleur et son odeur rappellent ceux de la noisette grillée.

## Blanchir

Pour les viandes : mettre dans de l'eau froide puis portez à ébullition quelques minutes pour éliminer les impuretés et enlever les sang, raffermir les chairs ou retirer l'excédent de sel.
Pour les légumes : plonger dans l'eau bouillante quelques minutes pour éliminer l'âcreté (chou) ou fixer la couleur et cuire certains légumes verts (épinards, haricots verts).
En pâtisserie : travailler vigoureusement les jaunes d'oeufs et le sucre à l'aide d'un fouet ou d'une spatule en bois.

## Brider

Ficeler une volaille ou un gibier pour maintenir les membres le long du corps pour faciliter la manipulation en cours de cuisson et permettre une belle présentation.

## Brunoise

Méthode de découpe de fruits ou légumes en dés de 1 à 5 mm de côté.

# C

## Chemise (ail en)

Gousse d'ail dont la peau n'a pas été enlevée.

## Chemiser (un moule)

Couvrir les parois d'un moule de papier, d'aluminium, d'une autre préparation alimentaire, etc.

## Chinois

Passoire métallique en forme de cône (il doit son nom à sa forme qui rappelle celle d'un chapeau chinois). La partie filtrante du chinois est une toile métallique très fine.

## Chinois étamine

Passoire métallique en forme de cône, dont la partie filtrante encore plus fine que celle d'un
chinois classique.

## Ciseler

Couper très finement en petits cubes ou hacher finement au couteau herbes, oignon,
échalote, etc. ou pratiquer de légères incisions sur un aliment pour en faciliter la cuisson.

## Clarifier

Opération consistant à rendre un liquide clair et limpide.
Opération consistant à séparer le beurre de son petit lait en le faisant fondre très lentement.

## Clarification

Composition constituée d'éléments ayant pour but de rendre clairs et limpides les consommés et les gelées. Elle contient une partie nutritive (viande ou volaille hachée), une partie aromatique (carottes, vert de poireaux, céleri en branches, tomate fraîche et cerfeuil) et une partie de «clarification» (blanc d'oeuf).

## Concasser

Morceler un produit sans rechercher particulièrement ni la finesse, ni la régularité des
morceaux.

## Consommé

## Cordon

Sauce disposée régulièrement tout autour d'une pièce.

## Cuisson à blanc (pâte)

Pré-cuisson d'une pâte feuilletée, brisée, etc. seule.

## Cul de poule

Récipient métallique, généralement en inox, en forme de saladier avec un fond soit arrondi, soit plat. Il peut être mis sur le feu ; il est très utilisé dans la confection de toutes les préparations en cuisine.

# D

## D églacer

Faire dissoudre dans un liquide les sucs caramélisés au fond d'un ustensile de cuisson.

## Dégorger

Laisser tremper des aliments dans de l'eau froide pour les débarrasser des impuretés et enlever le sang ; ou saupoudrer de sel certains légumes pour éliminer une partie de l'eau de végétation.

## Dégraisser

Éliminer la graisse qui se forme à la surface d'un liquide en cuisson (un fond, une sauce, etc.)
Eliminer l'excédent de graisse d'un morceau de viande.

## Dresser

Disposer harmonieusement les mets dans les plats ou les assiettes de service.

# E

## Ebarber

Supprimer, avec une paire de ciseaux, les petits poils de la queue d'un homard, d'une langoustine, d'une écrevisse, etc. ou bien les nageoires d'un poisson.
Eliminer, les filaments de blanc d'oeuf coagulé sur un œuf poché pour lui donner une forme régulière.

## Ecumer

Oter l'écume qui apparaît à la surface d'un liquide en train de cuire.

## Emincer

Tailler en tranches, en rondelles ou en lamelles plus ou moins minces, au couteau ou avec une mandoline.

## Etamine

Linge fin utilisé pour filtrer un jus, un bouillon, une gelée, etc.

## Etuver

Cuire lentement dans une casserole fermée, avec un peu d'eau.

# F

## Filtrer

Passer un liquide à travers une passoire fine afin d'enlever les impuretés et éventuellement les éléments solides.

## Flamber (un vin ou un alcool)

Arroser d'alcool ou de liqueur une préparation puis l'enflammer.
Généralement, l'opération est réalisée avant une réalisation d'une sauce.

## Flamber (une volaille)

Passer rapidement à la flamme une pièce de volaille ou de gibier à plumes pour en éliminer les duvets.

# J

## Julienne

Méthode de découpe d'aliments en bâtonnets très fins.

# L

## Lier

Donner de l'onctuosité, de la consistance à un jus ou une sauce.

# M

## Mandoline

Ustensile en inox, composé d'un bâti et de lames interchangeables, servant à couper fruits et légumes en tranches fines ou en julienne.

## Mirepoix

Gros dés de légumes rissolés au beurre ou au lard et aromatisés, servant de base à des fonds ou sauces.

## Monder (noix, tomates)

Eplucher et épépiner des fruits ou des légumes, au besoin après les avoir ébouillantés.

## Monter

Battre une préparation avec un fouet afin d'incorporer de l'air, et d'augmenter ainsi son volume (blancs en neige), ou avec adjonction simultanée d'huile (mayonnaise).

## Monter (sauce)

Finaliser une sauce en ajoutant du beurre et en émulsionnant la préparation à l'aide d'un mixeur plongeant.

# P

## Parer

Éliminer les parties non comestibles ou non présentables d'un aliment.

## Parures

Parties restantes après avoir paré une viande (ôté l'excédent de graisse, les nerfs, etc.), un poisson (arêtes, tête, etc.) ou un légume (épluchures). Les parures servent souvent à faire des jus.

## Peler à vif

Peler un agrume au couteau en ne laissant aucune trace d'écorce.

# Q

## Quenelles

Forme de boulette ou de petit cylindre donnée à des préparation de purée, de glace, etc. à l'aide de deux cuillères à soupe.

# R

## Réduire

Réduire signifie cuire à découvert pour diminuer le volume d'un liquide de cuisson, ce qui permet une concentration des saveurs.

# S

## Saisir

Démarrer vivement la cuisson d'un aliment.

## Salamandre

Voûte supérieure du four utilisée pour glacer un plat, le gratiner ou le caraméliser.

## Sirop de glucose

C'est une matière visqueuse, transparente, formée de divers sucres ; on l'obtient par saccharification de l'amidon. Il est employé en confiserie pour graisser les sucres cuits et la marmelade d'abricot utilisée pour les nappages.

## Stabilisateur

Additifalimentaire utilisé pour conserver la consistante d'un produit.

## Suer (faire)

Action de soumettre un aliment à une chaleur douce, dans un corps gras, afin d'éliminer une
partie de son eau.

# T

## Tamis

En cuisine, instrument formé d'un réseau serré de fils textiles, métalliques, synthétiques et servant à passer de la farine (pour affiner la poudre) ou bien des liquides épais (pour les filtrer).

# A G N E A U

Cette appellation désigne les animaux de moins d'un an. Au-delà de cet âge, il s'agit de mouton, dont la saveur de la viande, plus prononcée, est due à la graisse bien particulière de l'animal. L'agneau occupe la place d'honneur sur les tables lors des festivités de Pâques. Le printemps est en effet la meilleure saison pour cette viande.
L'agneau qui se déguste à Pâques est âgé de 100 jours et pèse de 30 à 40 kg. Même s'il a commencé à paître de l'herbe, la majeure partie de son alimentation est constituée de lait maternel. Cependant, la viande des agneaux qui se sont nourris d'herbe salée en bord de mer est non moins appréciable.

## Les régions productrices de viande d'agneau et leurs particularités

La viande la plus réputée est celle de l'agneau des Alpilles, extrêmement parfumée. Viennent ensuite les agneaux de pré-salé du Mont-Saint-Michel, nés de vigoureuses brebis qui ont grandi en subissant les brises marines. Leur volume de production reste toutefois faible. L'agneau de Poitou-Charentes est lui doté d'une chair ferme et savoureuse, à l'aspect persillé, et l'agneau du Limousin d'une chair tendre et bien colorée. Celle de l'agneau du Quercy est ferme, mais infiltrée de gras, et gagnera ainsi à être bien grillée. La viande de l'agneau de Sisteron présente un aspect brillant, mais elle a le défaut d'être grasse et de manquer de délicatesse. Quant à l'agneau d'Ile de France, sa chair, bien que parfumée, a une saveur dénuée de personnalité. Enfin, l'agneau de Lozère donne une viande terne d'apparence, mais moelleuse.
En ce qui concerne l'agneau de lait, celui des Pyrénées se distingue par sa viande rosée et tendre, à la saveur délicate. Mené l'abattoir à 35 jours, il pèse 12-13 kg, alors que l'agneau de Pauillac, après avoir été élevé au lait maternel pendant 60 jours, est abattu une fois qu'il a atteint le poids approximatifde 25 kg.

## L'avis du connaisseur

Lorsqu'il est de bonne qualité, l'agneau présente des formes rondes et charnues. S'il s'agit d'un agneau de lait, sa viande est de couleur blanche, contrairement à l'agneau sevré, dont la chair est rosée et brillante, et la graisse translucide. A mesure que la viande prend une couleur plus rouge, on se rapproche de celle du mouton.

## La préparation culinaire

Les principaux modes de cuisson de l'agneau sont le sauté, la grillade et le rôti. Ne piquez pas la viande d'agneau crue ou en cours de cuisson, et veillez à la retourner plusieurs fois en l'arrosant avec son gras jusqu'à ce qu'elle soit cuite. La cuisson doit toujours être rosée car la viande d'agneau ne doit jamais être consommée bleue. Les meilleurs morceaux sont le carré, les côtes et le gigot. Ce dernier constitue souvent un plat festif. Mieux vaut choisir un gigot de petite taille avec os, de 2 à 2,5 kg environ, à cuire sans le désosser, afin de lui conserver toute sa tendreté et la subtilité de sa saveur.

# A S P E R G E

L'asperge, plante appartenant à la famille des Liliacées, fait son apparition sur les tables en avril. En raison de ses vertus prétendument aphrodisiaques, il semblerait même qu'elle ait été délibérément proscrite des menus dans les pensionnats de jeunes filles au XIX$^{E}$ siècle. Appréciée des gastronomes depuis fort longtemps, elle est cultivée en France depuis le XV$^{e}$ siècle. L'asperge sauvage est un véritable régal, malheureusement, elle se fait très rare aujourd'hui. Parmi les multiples variétés que compte l'asperge, la plus recherchée est celle, dotée d'une saveur franche, cultivée à Lauris en Provence.

## Types et caractéristiques

Il existe 3 types d'asperges : les asperges blanches, qui se récoltent dès que la pointe a percé la terre, les asperges violettes qui ont émergé de quelques centimètres hors du sol, et les asperges vertes, qu'on laisse pousser de 10 cm à l'air libre. Toutefois, la plus prisée en France est l'asperge verte. Il s'agit d'une variété hybride, née à Argenteuil, autrefois le lieu principal de production de maintes variétés d'asperges, qui se caractérise par une légère amertume. L'asperge blanche est cultivée en plaine, et révèle une saveur plus douce.

## L'avis du connaisseur

Plus les asperges sont fraîches, plus elles sont tendres. Dans tous les cas, les asperges de bonne qualité présentent une coloration claire et brillante, des pointes lisses et bien resserrées et, au niveau du talon, des extrémités ligneuses de moindre importance. Si la botte d'asperge saisie à pleine main laisse une sensation de poids, et si l'ongle s'enfonce aisément dans la chair, c'est un gage de fraîcheur. Puis, le coeur de l'asperge doit être juteux lorsque la tige se rompt. Par ailleurs, il faut veiller à choisir des asperges de grosseur égale afin que la cuisson soit homogène.

## La préparation culinaire

Avant la cuisson, supprimez les parties ligneuses des asperges et pelez-les uniformément de la pointe au talon. Rassemblez en botte des asperges de la même taille et de la même grosseur, et liez-les en deux endroits. Posez-les debout dans la casserole, talons en bas, pour les faire cuire à l'eau quelques minutes. Couchez-les pour parachever leur cuisson. Pour une cuisson homogène, recouvrez la surface de l'eau d'un linge. Vérifier la cuisson avec la pointe d'un couteau : les asperges devant conserver une certaine fermeté.
Les asperges sont traditionnellement servies avec une vinaigrette, une mayonnaise, une sauce hollandaise ou une sauce mousseline.
Les œufs se mariant très bien avec les asperges, vous pouvez également les présenter accompagnées d'une omelette ou d'œufs brouillés.
Toutefois, les asperges blanches s'harmonisent mieux avec des mets plus classiques. Et selon la façon dont ceux-ci auront été apprêtés, elles peuvent parfaitement garnir un plat de poisson ou de viande, ou encore des ris de veau.

## C A R O T T E

Née en Afghanistan, la carotte s'est répandue vers l'Est et l'Ouest en se divisant. La carotte qui s'est transmise à l'Est est devenue l'ancêtre des variétés représentées par la carotte rouge. De l'autre côté, la carotte qui s'est transmise à l'Ouest n'était qu'une racine, blanche et fibreuse, jusqu'à la Renaissance. La couleur orange vif et le goût doux qu'on lui connaît aujourd'hui est le fruit de croisements successifs réalisés au XIX$^{e}$ siècle.

Cependant, il semble que différentes propriétés médicinales de la carotte étaient connues depuis l'époque de la Grèce antique. De plus, le nom anglais « carrot » provient du carotène, provitamine A, dont la teneur est très élevée dans la carotte. La carotte contient également des fibres alimentaires, du calcium, du fer, etc. Elle est la représentante de ces légumes de couleur sombre, verts et jaunes, contenant du bêta-carotène.

Il existe de nombreuses variétés de carottes. La plus délicieuse en est la carotte nouvelle de printemps présentée en bottes, avec ses fanes. Les utilisations les plus courantes consistent à faire une soupe avec les fanes, des salades ou des jus avec les racines, si tendres.

La carotte de Créances (dans la Manche) est réputée pour sa qualité. Elle est cultivée avec grand soin en couvrant le sol avec de la paille, de la bruyère, de l'ajonc d'Europe, etc.

### L'avis du connaisseur

On peut se procurer des carottes nouvelles de mai jusqu'à juillet. Plus la couleur est orangée, plus le goût est doux. Les carottes ayant des fanes fraîches et une peau fine et lisse sont assurément bonnes.

### La préparation culinaire

Une des meilleures façons de préparer la carotte est sans doute de la glacer au beurre et au sucre. Elle devient alors tendre et fondante. La brillance et la couleur de la carotte donnent du caractère à l'assiette.

Les carottes crues râpées, relevées de citron, d'ail et d'huile d'olive, font une délicieuse salade. La carotte se marie bien également avec la noix, te pignon de pin, le raisin, des fruits émincés, etc. Le mariage de la carotte avec des aromates classiques comme le thym, le basilic, l'estragon, la sauge et la menthe est toujours une réussite. Mais la carotte est également délicieuse avec de la coriandre et du cumin.

## C A V I A R

Ce sont des œufs d'esturgeon. On considère que ceux produits en Russie et en Iran sont de bonne qualité. Ceux qui proviennent du littoral de la mer Caspienne qui sont considérés comme les meilleurs. Quelle que soit l'origine, russe ou iranienne, ce sont des œufs obtenus à partir de 3 espèces d'esturgeons : du béluga, de l'oscietre et du sévruga. On frappe avec un bâton en bois l'esturgeon capturé dans un bassin pour l'engourdir, on ouvre son ventre et l'on en extrait les œufs. C'est une méthode primitive, mais il faut extraire les œufs alors que l'animal est encore vivant, sinon les œufs s'altèrent. Les œufs sont passés au tamis pour les séparer, nettoyés à l'eau douce, saupoudrés de sel et mis dans des boîtes métalliques ou des pots en verre. Le type et la quantité du sel est un élément important qui détermine la qualité de caviar. On dit que pour les œufs d'origine russe, le processus de la coupe du ventre à la mise en boîte de conserve nécessite à peine 3-4 minutes. Il existe 2 types de conserve : I kg et 1,8 kg. Les esturgeons naissent en eau douce, grandissent en eau douce puis vont à la mer Caspienne pour se développer. Ils retournent dans la rivière dans laquelle ils sont nés pour pondre. La pêche est faite à ce moment-là, mais il faut 20 ans de croissance pour un béluga et 5 ans pour le sévruga.

### Espèces et caractéristiques

Béluga : ce sont les plus gros œufs de caviar. Les œufs sont de couleur gris clair à gris foncé. Le goût est sophistiqué et le prix est le plus élevé.

Oscietre (Ossetra) : le caviar de cette espèce est beaucoup plus petit que celui du béluga. Ce caviar est de couleur grise avec une brillance dorée. Son parfum légèrement iodé lui confère son goût original qui le distingue des autres caviars. Il est un peu moins cher que le caviar de béluga.

Sévruga : ce sont les plus petits œufs de caviar. La couleur varie entre la couleur grise presque noire et la couleur de l'acier. Le prix est relativement moins élevé, donc abordable. Les œufs étant petits, ils risquent de s'écraser. Le parfum particulier de ce caviar est apprécié par certaines personnes.

Caviar pressé : il s'agit d'un produit préparé à partir de caviar pressé et solidifié. Il faut 4 kg de caviar pour faire 1 kg de caviar pressé, c'est un mélange concentré des 3 types de caviar, qui a un bon goût.

### La préparation culinaire

La meilleure façon de consommer le caviar, c'est soit de le consommer tel qu'il est, soit de le consommer sur une tranche de pain grillée et beurrée.

La combinaison de caviar et de saumon fumé est suprême. Réduisez en purée, au robot, du saumon fumé, du beurre, de la sauce Worcestershire et de la sauce pimentée, ajoutez de la crème fraîche fouettée, refroidissez, formez des quenelles, puis disposez du caviar par-dessus. Accompagnez de tranches de pain légèrement grillées.

En ce qui concerne le caviar pressé, déposez-le sur des blinis fraîchement cuits, et couverts de crème fraîche.

Attention à ne pas utiliser de cuillère en argent lorsque l'on manipule le caviar : l'argent s'oxyde et relève l'odeur de poisson du caviar.

## C E R I S E

Les cerises européennes, qui font l'objet d'une exploitation depuis le Moyen Âge, doivent leur origine à deux variétés de fruits issues d'Asie Mineure. De nombreuses variétés envahissent le marché de la mi-mai à la mi-juillet, mais celles-ci peuvent être globalement réparties en deux catégories, qui sont les cerises acidulées et les cerises sucrées. Nous pouvons ainsi citer les bigarreaux et les guignes comme exemples de cerises sucrées, et les griottes en tant que cerises caractérisées par un goût un peu plus acide.

### Les principales variétés et leurs caractéristiques

Les bigarreaux produisent de gros fruits à la peau dorée, rouge ou grenat, et à la chair ferme, sucrée et parfumée. Ce sont des cerises de table, qui se consomment nature, mais elles peuvent aussi se déguster en tarte ou confites. Les bigarreaux comprennent plusieurs variétés, dont les hâtif Burlat, les Moreau et les Napoléon. Les guignes donnent des fruits plus petits que les bigarreaux, revêtus d'une peau rouge et dotés d'une chair tendre, sucrée et juteuse. Ils peuvent être croqués crus, mais les fruits les plus petits et les plus sucrés servent à l'élaboration du kirsch et autres liqueurs. Les principales variétés de guignes sont la Hâtive de Bâle et la Early Rivers.
Quant à la griotte, ses fruits de petite taille se parent d'un rouge vif ou teinté de violet et sa chair peu abondante est molle et sucrée, tout en étant acidulée. Ces cerises se dégustent au sirop ou confites, ou encore sous forme d'eau-de-vie ou de confitures. Les autres variétés appartenant à cette catégorie sont les Montmorency et les Amarelle.

### L'avis du connaisseur

Une peau bien brillante et un pédoncule vert et souple, fermement attaché au fruit, sont des gages de fraîcheur. Il convient de choisir des cerises qui ne soient pas trop mûres, mais bien colorées et dépourvues de taches. On veillera par ailleurs à transporter avec précaution ce fruit qui s'avère être fragile. La cerise se conserve 2-3 jours au réfrigérateur si l'on prend soin de ne pas l'exposer à des températures trop basses.

### La préparation culinaire

Les cerises se prêtent bien à la confection de pâtisseries et d'entremets tels que la tarte, le flan, le soufflé, le clafoutis et autres.
Confites, elles agrémentent très bien un cake aux fruits ou un pudding. Les griottes macérées dans du kirsch ou confites dans du sucre sont utilisées pour l'élaboration de bonbons de chocolat. Et en matière de plats salés, en dehors de la soupe aux cerises, qui constitue un mets traditionnel en Alsace et en Allemagne, ces fruits accompagnent à merveille la viande de canard ou un gibier.

## C H A M P I G N O N S

'Les champignons sont des organismes biologiques appartenant au groupe des Eumycètes, qui poussent spontanément sur les sols humides, riches en humus notamment, et au pied des arbres vivants ou morts, et comprennent d'innombrables variétés. Les débuts de la culture des champignons de Paris, par exemple, remontent à des temps très anciens. En raison de leur richesse en acides aminés, qui sont à l'origine de leur saveur si particulière, les champignons sont une matière première très prisée dans l'art culinaire. Les morilles et les truffes, plus spécialement, ont depuis longtemps la faveur des gourmets.

### Les principales variétés et leurs caractéristiques

Les champignons de Paris frais sont disponibles toute l'année dans le commerce. Il en existe plusieurs variétés, dont les couleurs s'étendent du blanc ou blanc crème au marron, en passant par le rosé. On les trouve également sous forme lyophilisée ou en conserve, nature.
La girolle est un champignon typique de la France. De couleur jaune orangé, elle arbore une jolie forme en entonnoir qui rappelle celle du volubilis. Ce champignon charnu, qui pousse principalement en été, est doté d'une saveur douce et d'une chair ferme.
La morille est rès appréciée pour sa texture en bouche et son parfum, elle se déguste de fin mars à mai. Il est indispensable de la cuire car la morille est toxique crue.
La truffe est quant à elle dépourvue de pied et de chapeau. Elle se présente sous forme de petite boule ronde, qui est soit noire, soit blanche selon l'espèce. Toutefois, en France, c'est la truffe du Périgord qui est la plus réputée. Également surnommée le roi des champignons pour son arôme puissant, elle est le symbole de la gastronomie haut de gamme.
Le cèpe est une variété de bolet. Il s'agit d'un champignon de couleur noisette tirant sur le vert olive, à la saveur agréable, qui se développe de la fin de l'été à l'automne.
Enfin, la très savoureuse trompette des morts, noire comme la cendre, apparaît de novembre à janvier, dans les diverses régions de France.

### L'avis du connaisseur

Il est important de choisir des champignons frais, non véreux, et dont la forme est intacte.

### La préparation culinaire

Les champignons s'apparentent plus à une subtile épice qu'à un légume. Évitez de les faire tremper. Pour retirer les impuretés et la terre, essuyez-les simplement à l'aide d'un linge humide.
Les champignons de Paris peuvent être consommés crus, à la différence des autres, qui doivent être cuits pour la plupart. Une cuisson à l'étouffée dans leur propre jus, à couvert et à feu doux, dans une casserole en émail ou en verre, est particulièrement indiquée. Cependant, la cuisson ne doit pas être prolongée car elle risque d'altérer la saveur des champignons et de les rendre filandreux. L'assaisonnement en sel doit se faire en dernier. Les morilles se marient bien avec les asperges, le veau, la volaille et les œufs.

# CHOCOLAT

Le chocolat provient des fèves de cacao contenues dans le fruit du cacaotier, fèves originaires principalement du Brésil, de l'Équateur, de la Côte d'Ivoire et de Madagascar. Mais comment le chocolat est-il produit à partir de ces graines de cacao ?

Après avoir été triées, les fèves de cacao sont nettoyées et passées au crible afin d'éliminer les impuretés et les morceaux. Elles sont ensuite torréfiées, décortiquées et grossièrement broyées dans une meule. Puis des fèves de variétés diverses sont assemblées selon les désirs des différents chocolatiers. La matière grasse, c'est-à-dire le beurre de cacao, est extrait de ces fèves à l'aide d'une centrifugeuse. C'est ainsi qu'on obtient la pâte de cacao.

Le chocolat se compose de pâte de cacao, de sucre et de beurre de cacao, auxquels peuvent éventuellement être ajoutés d'autres ingrédients, tels que des arômes ou des épices, de la vanille ou du lait. Ce mélange subit alors une phase d'affinage de plusieurs heures, qui consiste à le brasser afin de lui donner légèreté et onctuosité, d'en exalter la saveur et de supprimer les dernières particules d'humidité. Une dernière opération permet enfin de donner au chocolat un aspect brillant et lisse, et d'améliorer sa texture en bouche.

## L'avis du connaisseur et la conservation

Un chocolat de qualité contient des ingrédients exclusivement purs et présente une couleur brune qui se rapproche du noir. Par ailleurs, il doit être lisse, luisant, offrir une texture dense et non granuleuse, et laisser une cassure nette lorsqu'on le brise. En outre, il doit fondre doucement sur la langue, sans libérer de saveurs piquante, acide, ou un goût de brûlé. Enfin, la législation française exigeant que la teneur en cacao soit précisée sur l'emballage, il suffit de lire les indications pour choisir un chocolat qui renferme un minimum de 55 % de cacao. Il existe différents types de chocolat, tels que le chocolat à dessert, le chocolat de dégustation ou le chocolat de couverture, etc. Quant au chocolat blanc, il ne contient que du beurre de cacao et du sucre, et aucune trace de pâte de cacao.

Le chocolat est sensible aux écarts de température, à l'humidité et aux odeurs. C'est pourquoi II est important de le conserver dans un endroit sec, à une température se situant entre 15 et 20 °C, après l'avoir enveloppé dans du papier argenté et placé dans une boîte hermétique. S'il est conservé dans de mauvaises conditions, il blanchit, perd sa brillance et son onctuosité.

## Précautions pour la cuisson

Pour faire fondre du chocolat, veillez à le faire au bain-marie, à une température maximale de 55°C. Lorsqu'il est soumis à l'action directe de la chaleur, ou lorsque la température du bain-marie est trop élevée, les différents composants du chocolat finissent par se dissocier.

Vous pouvez ajouter un peu de café au chocolat pour souligner la saveur du cacao. Dans ce cas, prenez soin de porter préalablement à la même température le chocolat et le liquide destinés à être mélangés..

# COQUILLE SAINT-JACQUES

On dit que ce nom provient du fait que la coquille était pêchée à Compostelle où se trouve le tombeau de Saint Jacques et que, de ce fait, elle est devenue un symbole pour les pèlerins. C'est un mollusque bivalve qui aime les récifs coralliens et les endroits sablonneux et qui vit essentiellement dans la Manche, l'Atlantique et la Méditerranée. La zone de pêche est limitée en France et la demande est élevée, les quotas de pêche attribués et la taille de pêche autorisée sont strictement réglementés. La croissance de la coquille est lente : elle atteint 6-7 cm en 2 ans, il faut 3-4 ans pour qu'elle soit vendue sur le marché. La saison de pêche n'est autorisée que d'octobre à mai. Le pétoncle dont l'apparence est presque la même que celle de la coquille Saint-Jacques appartient à la même famille pectinidae, mais il est plus petit et son goût est différent.

## L'avis du connaisseur

On sent nettement son poids si la coquille est bien pleine. En ce qui concerne les noix, celles qui sont translucides, fermes et dépourvues de corail ont un meilleur goût. Le corail est comestible, cependant s'il est gros, la saveur de la noix a la tendance à être moins bonne. La fraîcheur se perd rapidement même si on congèle les noix, il faut donc éviter celles qui ont été sorties de leurs coquilles et nettoyées, mises en vente sous cette forme. Mieux vaut acheter des coquilles bien fermées ou les faire ouvrir devant vous.

## La préparation culinaire

La noix qui vient d'être retirée de sa coquille a une saveur délicate et l'on peut même sentir un goût légèrement sucré.

Cuisez-la rapidement pour préserver sa texture. La noix est adaptée à toutes les préparations, excepté la cuisson à la vapeur qui durcit sa chair.

Choisissez une recette naturelle et simple : coupez une noix en lamelles fines, beurrez-les, disposez-les sur sa coquille, saupoudrez de sel de Guérande, de poivre, de thym frais, cuisez au four, arrosez de jus de citron et servez.

Vous pouvez aussi la préparer encore plus simplement : poêlez la noix avec de l'huile d'olive, saupoudrez de sel de Guérande, de poiv/e concassé et accompagnez d'une salade d'endive.

Il n'est pas bon de fariner la noix pour la poêler car la farine forme comme une pâte et détériore sa saveur délicate.

À la bordelaise, la noix est simplement salée, poivrée et poêlée avec du beurre, de l'échalote hachée et du persil.

À la méditerranéenne, on utilise de l'ail et du persil.

## C R A B E

Il existe de nombreuses espèces de crabes, mais seules 12 sont comestibles. Parmi ces espèces comestibles, 4 espèces sont utilisées dans la cuisine française : l'araignée de mer, l'étrille, le crabe orangé et le tourteau. Quand on parle simplement de « crabe » en France, il s'agit du tourteau. Le crabe vit généralement au bord de littoral où il y a beaucoup d'algues mais le tourteau aime les fonds rocheux.

### Principales espèces et caractéristiques

Tourteau : il appartient à la famille cancridae. Il est péché principalement en Méditerranée et dans l'océan Atlantique. Il vit notamment dans les fentes de rochers à 100 m de profondeur et a pour proies des ormeaux, des moules, des oursins, etc. Les plus gros atteignent 5 kg. Lorsqu'ils sont péchés, ils s'immobilisent, c'est pour cela qu'ils sont également appelés « dormeurs ». Leur carapace ovale est d'un brun jaunâtre. L'extrémité des pattes avant est pourvues de pinces noires dont la chair a une saveur délicate. La période de ponte est d'octobre à janvier. Les œufs éclosent dans les 2 mois environ. En un an, les jeunes crabes ont une taille de 3 cm, et il leur faut cinq ans pour atteindre la maturité pour la fécondation. La chair est peu importante par rapport à la taille de la carapace, mais le foie et l'ovaire cachent une très bonne qualité gustative.
Araignée de mer : elle appartient à la famille majidae. Elle aime les endroits sablonneux ou les récifs se situant à 20 m de profondeur sous la mer, de la zone qui s'étend des côtes méridionales de l'Angleterre jusqu'au littoral de l'Afrique du Nord, de l'océan Atlantique de l'Europe et de la mer Méditerranée et se nourrit d'algues. Sa carapace d'un brun rougeâtre est hérissée de piquants. La taille moyenne est de 15 cm. Même les plus grosses font moins de 25 cm. Les pinces grandissent en fonction de la croissance. C'est le meilleur des crustacés.

### L'avis du connaisseur

Les crabes vivants sont bons. Choisissez ceux à qui il ne manque rien, dont le mouvement des pattes est actif et ceux qui sont lourds lorsqu'on les prend en main. Les femelles ont une saveur plus délicate que celle des mâles.

### La préparation culinaire

La fraîcheur du crabe détermine sa qualité gustative. Préparez-le le plus vite possible après l'achat. Il est impératif de le laver soigneusement à l'eau courante, en éliminant complètement la saleté, avec une brosse au besoin. S'il reste de la saleté, de mauvaises odeurs se transmettront pendant la cuisson.
Si une ou plusieurs pattes se sont détachées, comblez le trou avec de la pâte pour éviter que la chair s'écoule par l'orifice.
Plongez le crabe dans un court-bouillon à ébullition et laissez-le cuire pendant 15-20 min, à petits frémissements. Mieux vaut que ce court-bouillon soit bien parfumé et épais pour que l'on puisse préserver au crabe la totalité de sa saveur et ses qualités gustatives.

## C R È M E

La crème fraîche est obtenue à l'aide d'une centrifugeuse, un appareil qui sert à écrémer le lait. Cet appareil permet ainsi de recueillir d'un côté le lait séparé de sa matière grasse, et de l'autre, la crème, à partir de laquelle seront fabriqués la crème fraîche et le beurre. Le lait écrémé sera notamment destiné à la fabrication du fromage blanc ou du lait en poudre écrémé. Quant à la crème, après avoir été pasteurisée, elle sera éventuellement ensemencée avec des ferments lactiques, puis soumise à un processus de maturation qui contribuera à lui donner un surcroît d'épaisseur et d'arôme. Les points importants à prendre en compte en ce qui concerne la crème fraîche sont sa fraîcheur, sa saveur et sa teneur en matière grasse.

### Types et caractéristiques

Selon la législation française, les crèmes fraîches produites en France doivent contenir 30 % de matière grasse, norme standard à partir de laquelle sont classifiées les teneurs supérieures et les teneurs inférieures à cette valeur. La crème fraîche peut donc renfermer jusqu'à une limite de 40 % de matière grasse. 11 y a deux catégories de crèmes fraîches. On distingue ainsi la crème fraîche liquide qui, comme son nom l'indique, se présente sous forme liquide, et n'a subi ni fermentation ni maturation, et d'autre part, la crème fraîche épaisse, qui a été ensemencée et maturée. Lorsqu'on parle de crème fleurette, la crème la plus utilisée dans la cuisine française, il s'agit en fait de la première catégorie, la crème liquide, qui dans cet ouvrage a été désignée de manière simplifiée sous le terme de « crème fraîche ». Par ailleurs, la crème double, signalée sous le nom de «crème fraîche double», appartient à la deuxième catégorie. Il s'agit, non pas d'une crème à teneur élevée en matière grasse, comme son appellation pourrait le laisser entendre à tort, mais d'une crème fraîche présentant un aspect onctueux et contenant au plus, comme il se doit, 40 % de matière grasse. Cependant, la dénomination de «crème double», en raison de l'image relativement lourde et péjorative qu'elle véhicule, est en train de disparaître actuellement au profit de celle de «crème épaisse», devenu plus courante.
Ensuite, la crème légère, avec une teneur en matière grasse comprise entre 12 et 30 %, consiste en fait en une crème allégée, qui peut elle aussi se trouver sous forme liquide ou sous celle d'une crème épaisse.
Outre les produits mentionnés ci-dessus, on trouve également de la crème crue, qui n'a fait l'objet d'aucun traitement de pasteurisation ou de stérilisation. Elle doit être conservée au réfrigérateur et consommée dans la semaine. Enfin, nous citerons en tant que produits dérivés, la crème fouettée, et la crème chantilly, qui se différencie de la précédente par l'adjonction de sucre et de vanille.

## ÉCREVISSE

Ce crustacé qui vit en eau douce a une taille moyenne de 15 à 20 cm. Autrefois très nombreuses dans les campagnes, les écrevisses ne sont actuellement que très peu à vivre dans les rivières en raison de leur vitesse de croissance et de l'effet de la pollution de l'eau... Ce qui explique que la plupart des écrevisses destinées à la cuisine proviennent d'élevage ou sont importées. L'espèce la plus vendue sur le marché aujourd'hui est l'écrevisse turque.

### Principales espèces et caractéristiques

Écrevisse à pattes grêles : c'est l'espèce la plus consommée en Europe aujourd'hui. Son habitat s'étend de l'Europe de l'Est jusqu'à l'Oural et en Asie. Elle vit aussi dans les rivières allemandes. Les écrevisses à pattes grêles sont principalement importées de Turquie. Écrevisse à pieds blancs : son habitat se trouve en Europe y compris en France, en Angleterre et en mer Méditerranée. C'est une spécialité en Péninsule ibérique, Angleterre et Irlande. Cette espèce ressemble bien à celle de l'écrevisse à pattes grêles, mais elle est généralement plus petite et pèse moins de 65 à 70 g.

Écrevisse à pattes rouges : les écrevisses pêchées en Auvergne sont très appréciées pour leur saveur. C'est la plus grande des écrevisses, et la partie inférieure de ses pinces est rouge. C'est la plus recherchée pour ses qualités gustatives.

### La préparation culinaire

De l'écrevisse, on consomme la chair du corps et des pinces. Après l'avoir fait cuire pendant environ 3 min au court-bouillon, retirez les carapaces et le petit boyau noir dorsal (l'intestin) qui est amer. Avec les carapaces concassées et les pinces écrasées à l'aide d'un casse-noix, vous pouvez préparer de la bisque et du beurre d'écrevisse.

L'écrevisse était un plat gastronomique au XVII$^{e}$ et au XVIII$^{e}$ siècle, où l'on vit apparaître le pigeon aux écrevisses, le cardinal d'écrevisse, le boudin d'écrevisse, etc.

Ultérieurement, elle fut cuisinée sous différentes formes comme le gratin, le soufflé, la mousse et dans des recettes particulières concoctées dans des régions réputées pour leur gastronomie telles que l'Alsace, le Bordelais et le Lyonnais.

## ENDIVE

L'endive est un légume relativement récent, puisque c'est au XIX$^{e}$ siècle qu'elle a été présentée pour la première fois aux Halles de Paris. Elle est cultivée sous une couche de terre pour rendre la chicorée blanche pendant la culture et pour obtenir un chicon. On dit que l'endive a été trouvée par hasard dans la banlieue de Bruxelles vers 1850. Après cela, elle a été améliorée et s'est généralisée comme légume à feuilles blanches d'hiver.

Elle est appelée chicon ou witloof (feuille blanche en flamand) en Belgique, chicorée de Bruxelles en Allemagne et chicorée belge en Angleterre. Il en existe de nombreuses variétés. On la trouve du début de l'automne à l'été.

### L'avis du connaisseur

Choisissez celles qui sont fines et longues, bien bombées, mais aussi qui sont bien fermes. Si la tige blanche est brillante et l'apparence donne clairement une impression craquante, c'est un signe de fraîcheur. Évitez celles qui ont des taches.

### La préparation culinaire

Enlevez les premières feuilles, rincez-les très rapidement et essuyez-les. Supprimez un cône de 2-3 cm à la base avec un couteau pointu, partie arrière. Ne la faites jamais cuire dans de l'eau bouillante, cela renforcerait son amertume.

Avec de l'endive crue et des œufs durs ou de la betterave, faites une salade, en y ajoutant des noix, du fromage, des oranges, des pommes, etc., et assaisonnez de vinaigrette.

Vous pouvez la braiser pour accompagner du poisson frit. Elle se marie bien aussi avec du fromage et du beurre. Vous pouvez faire un gratin d'endives braisées mélangées avec de la béchamel, ou un gratin d'endives braisées roulées dans des tranches de jambon, arrosées de sauce au porto aux raisins.

# FARINE

Le pain, en tant qu'aliment symbole de richesse, jouit d'une longue histoire, dont les débuts remontent à la civilisation égyptienne. La première étape de la fabrication de la farine consiste à broyer et à moudre les grains de blé, opération qui était autrefois réalisée à l'aide des moulins à vent. Le blé est composé de son, qui constitue l'enveloppe externe du grain (une source importante de fibres alimentaires et de sels minéraux), d'un albumen (amidon et gluten) et d'un embryon ou germe (riche en matières grasses). La farine complète est le produit de la mouture d'un grain de blé entier, comprenant le son et le germe. Mais le terme de farine tout court désigne habituellement de la farine blanche pure, obtenue après broyage de l'amande du blé dépourvue du son et du germe, qui porte aussi l'appellation de « fleur de farine ».

## Types et caractéristiques

Les farines courantes sont classées en six catégories, en fonction de leur teneur en minéraux calculée sur la matière sèche (taux de cendre). Ainsi, la farine de type 45 (T45) a une teneur minérale inférieure à 0,5 %. La plus utilisée dans les foyers, pauvre en gluten (protéines contenues dans la farine), elle convient à la fabrication de gâteaux et de pâtisseries qui nécessitent un gonflement modéré.
La farine T55, dotée d'une teneur minérale variant entre 0,5 et 0,6%, et plus riche en gluten, est indiquée pour la confection du pain. Ensuite, la teneur minérale de la farine T65 se situe entre 0,62 et 0,75 %, celle de la T80 entre 0,75 et 0,9%, celle de la T110 entre 1 et 1,2 %, et enfin, la farine T150 se caractérise par une teneur minérale supérieure à **1,4 %.**
D'autre part, la semoule est le résultat de la mouture plus ou moins grossière du blé dur. Et il existe d'autres types de farine, telles que notamment la farine graham, variété de farine complète contenant du son. La semoule se révèle indispensable pour la préparation du couscous et la fabrication des pâtes alimentaires. Quant à la farine de blé complète, elle a conservé une grande partie des vitamines et des sels minéraux du blé, et s'avère bénéfique pour la santé, en dépit de son arôme un peu particulier. Le son et le germe de blé connaissant actuellement une certaine vogue sont commercialisés sous diverses formes. Le pain de campagne est un pain de tradition élaboré avec de la farine bise de type 55.

## Utilisation culinaire

Afin de pouvoir étaler plus facilement les pâtes à base de farine, il est conseillé d'y ajouter un peu de jus de citron ou de vinaigre, ou bien quelques gouttes d'huile inodore.

## Conservation

Il convient de placer la farine dans un récipient hermétique et de l'entreposer en un lieu sec, sombre et frais. Toutefois, même dans les meilleures conditions, la farine ne se conserve pas plus de quelques mois, au-delà desquels son odeur s altère. La semoule doit être consommée dans un intervalle de 3 à 6 mois, et la farine de blé complet dans les 2 mois. Cette durée de conservation peut être multipliée par deux si ces produits sont maintenus au réfrigérateur, et prolongée de 6 mois grâce à leur congélation.

# FÈVES

La fève, originaire du Moyen-Orient, est cultivée depuis les temps anciens. On trouve notamment dans la Bible une indication selon laquelle David s'est vu offrir un plat de fèves à Mahanaïm. Les Romains, dans la Rome antique, faisaient des petits pains avec de la farine de fèves, et l'on dit même que Louis XV mangeait ce pain pendant une famine.
La fève est considérée comme un symbole de naissance de la vie, comme le montre l'exemple de la galette des rois, le jour de l'Epiphanie, dans laquelle une feve séchée était insérée.

## L'avis du connaisseur

Touchez les gousses et choisissez celles donnant l'impression d'être pleines de graines : même si une gousse est bombée, il peut arriver qu'elle soit vide. Évitez les gousses qui sont extrêmement bombées car cela signifie qu'elles sont trop mûres. La fraîcheur des graines est indispensable, quel que soit le plat à réaliser.

## La préparation culinaire

Dans le sud de la France, si les feves sont très jeunes, on les consomme crues, à la croque au sel. Plus les fèves restent sur le marché, plus la peau des graines épaissit. Il faut alors l'enlever car elle entrave une bonne digestion. Pour enlever la peau, plongez les fèves 30 s dans de l'eau bouillante salée, plongez-les immédiatement dans de l'eau contenant des glaçons, égouttez-les, puis enlevez la peau de chaque fève avec les doigts. Cette opération est désignée par le verbe « dérober ». Mieux vaut également retirer le germe, qui a un goût amer.
La méthode la plus traditionnelle pour cuisiner les feves est la purée. La sarriette y est indispensable : non seulement elle donne un goût parfaitement accordé à celui de la fève, mais elle en facilite également la digestion. Rien de tel qu'un velouté dans lequel le parfum de la sarriette est mis en valeur.

Quant aux fèves séchées, utilisez-les dans un cassoulet avec des saucisses, du porc et du canard confit.

# FOIE GRAS

Le foie gras est un foie de canard ou d'oie, volontairement hypertrophié en raison d'un gavage forcé avec des céréales. C'est un mets dont on dit qu'il faisait déjà le régal des Romains et aujourd'hui, de même que le champagne, il ne saurait faire défaut sur une table de fête.

## Types et caractéristiques

On distingue le foie gras de canard et le foie gras d'oie. Les gourmets affectionnent plus particulièrement ce dernier pour sa saveur raffinée et délicate, alors que le foie gras de canard présente un goût plus franc et légèrement amer. Le foie gras d'oie convient bien pour les terrines froides. En revanche, le foie gras de canard se prête mieux à la confection de plats chauds.

## L'avis du connaisseur

Un foie gras frais est lisse d'aspect et exhale une odeur agréable, quoique légère. Cru, il doit idéalement peser de 400 à 700 g pour celui d'un canard, et de 600 à 800 g pour celui d'une oie. Il est constitué de deux lobes. Si la chair s'effrite lorsqu'on les sépare, c'est qu'il a une teneur élevée en graisse et il risquera alors de fondre en cours de cuisson. Par ailleurs, s'il est trop élastique, il se révélera sec et fade après la cuisson. Un bon foie gras doit être souple et se fendre aisément. D'autre part, la couleur a également son importance. C'est pourquoi il faut éviter les foies gras qui manquent de brillance, ceux qui comportent des parties verdâtres, dues aux pigments biliaires, ou qui laissent apparaître des marbrures de sang rouges. La couleur d'un foie gras doit varier du beige ivoire au jaune ocre. Le mois de novembre est la bonne saison pour l'achat du foie gras car à l'approche des fêtes de Noël, les produits de bonne qualité se font rares et les prix augmentent.

## La préparation culinaire

Pour préparer la fameuse terrine de foie gras, évacuez le sang des petites veines, puis plongez le foie gras dans un bain d'eau salée additionnée de glaçons. Laissez-le reposer tel quel pendant une demi-journée au réfrigérateur. Mettez-le à température ambiante, retirez la fine membrane qui recouvre le foie, ainsi que les grosses veines, puis assaisonnez de sel, de poivre et d'épices. Mettez-le une seconde fois au frais pendant une demi-journée. Après avoir placé le foie gras dans une terrine, déposez-le dans un bain-marie, sur la plaque du four. La cuisson se fait à 120 °C (th. 4), celle du bain-marie devant atteindre 80 °C. Prévoyez environ 1 h pour un foie d'oie, et 50 min pour un foie de canard.
Servez-vous d'un thermomètre de cuisson pour contrôler précisément la température. Si la cuisson est trop longue, le foie gras risque de fondre. Au contraire, si elle est trop courte, le foie se désagrégera au moment de la coupe et sa saveur sera décevante. Enfin, le foie gras frais se révèle tout aussi délicieux tranché et poêlé. Dans ce cas, veillez à ne pas le faire cuire trop longuement.

# FRAISE

La fraise est le faux fruit du fraisier, une plante pérenne qui relève de la famille des Rosacées. Elle est formée par l'ensemble du réceptacle charnu de la fleur, alors qu'en principe les petits grains qui parsèment la surface de la fraise constituent les vrais fruits de cette plante. Des plants de fraisiers sauvages issus de la côte ouest de l'Amérique et importés en France au XVIII$^{e}$ siècle, après avoir fait l'objet de croisements répétés avec des plants de framboisier originaires d'Europe, ont ainsi donné naissance à d'innombrables variétés de fraises, de tailles et de formes diverses.

## Les principales variétés et leurs caractéristiques

Parmi celles-ci, la gariguette est une fraise précoce, de forme oblongue, juteuse et très parfumée.
Les fraises de la variété pajaro revêtent une forme conique comparable à celle d'un coeur, et une jolie couleur groseille, et sont absolument exquises.
La variété Elsanta Galbée, de forme également conique, est dotée d'une peau rouge teintée d'orange, et d'une chair ferme et fruitée. Elle constitue la variété la plus produite.
En fin de saison arrivent sur le marché la Bogota, d'aspect irrégulier, puis la Ferne, de forme oblongue et de couleur rouge vermillon, qui est disponible jusqu'en automne. Les fraises importées de l'hémisphère sud sont proposées à la fin de l'année. Puis, au mois de février, on trouvera des fraises d'origine espagnole, bien que leur saveur soit loin d'égaler les fraises de saison cultivées en France.

## L'avis du connaisseur

Il faut éviter d'acheter les fraises plus de 48 heures avant leur consommation. Car, même s'il n'est pas visible à l'oeil, leur processus de détérioration évolue vite. Un fruit de bonne qualité doit présenter une belle couleur rouge, une robe bien brillante, exempte de toute tache et marque de meurtrissure, et une collerette verte et ferme. Il s'agit de choisir des fraises bien mûres, dont la chair soit colorée jusqu'à la pointe. La taille du fruit n'est pas un critère de qualité. Ceux qui sont trop gros et offrent un aspect appétissant ne sont en général pas très savoureux. Les fraises ne se gardent pas longtemps, mais si vous n'avez pas d'autre choix que de les conserver au frais, veillez à les entreposer dans un endroit de votre réfrigérateur qui ne soit pas trop froid, et gardez-vous de les manipuler avant leur utilisation.

## La préparation culinaire

Rincez les fraises par petites quantités à l'eau froide, laissez-les égoutter sur du papier absorbant, puis retirez les calices. N'ôtez pas les calices avant de laver les fruits, cela nuirait à leur saveur. Mangez-les ou préparez-les sans attendre.
Les fraises sont délicieuses tout simpelemnt macérées dans du jus de citron, un peu de vinaigre de vin, du kirsch, du champagne, ou du vin. Elles se prêtent également à la confection de salades de fruits, de tartes, de mousses, de soufflés, de bavarois ou de sorbets. Additionnées de sucre et de jus de citron, puis passées au mixeur, elles font de délicieux coulis.

## H E R B E S

Les plantes aromatiques ont de tout temps été recherchées pour leurs propriétés médicinales et leur action antiseptique. De nos jours, elles se révèlent toujours aussi indispensables lorsqu'il s'agit de relever un poisson ou une viande, ou de parfumer un plat quel qu'il soit.

### Les principales variétés et leurs caractéristiques

Le persil est l'herbe la plus fréquemment employée. Cette espèce comprend le persil frisé, dont les feuilles sont crêpelées, et le persil plat, dont les feuilles de forme plus plane sont moins amères et plus parfumées. Ce dernier porte également le nom de « persil de Naples». Le persil s'utilise ciselé, pour saupoudrer les mets, ou entier dans les ragoûts, mais il joue également un rôle prépondérant dans les bouquets garnis, les persillades et le beurre maître d'hôtel. Le cerfeuil exhale une odeur raffinée. Comme son parfum délicat se dégrade lors de la cuisson, il s'emploie de préférence cru, notamment pour aromatiser les salades, les potages et les omelettes. L'estragon est doté d'un arôme puissant et agréable. Il fait l'objet d'un usage très vaste, et c'est lui qui détermine le goût de la sauce béarnaise. Quant au thym, c'est l'un des composants principaux du traditionnel bouquet garni. D'une saveur douce-amère, il a sa place dans toutes les marinades, les bouillons et autres rôtis. La sarriette, qui est une plante originaire des régions méditerranéennes, et dont l'arôme rappelle vaguement celui du poivron, parfume agréablement les légumes secs et facilite leur digestion. Symbole de gloire depuis la Rome antique, le laurier est très présent dans la poésie et la littérature. Ses feuilles peuvent être utilisées fraîches ou séchées. Leur parfum agrémente avantageusement les brochettes de viande et de poisson, les ragoûts et les marinades. L'aneth, au doux et singulier arôme, est lui aussi sensible à la chaleur. Il est donc principalement employé comme condiment dans les sauces froides, les salades et le saumon mariné. Également appelée «persil chinois», la coriandre est très odorante et son parfum puissant, s'il est apprécié de certains, peut déplaire. Une des autres appellations de la ciboulette est la civette. Appartenant à la même famille de plantes que le poireau, elle est formée de tiges en forme d'aiguilles et caractérisée par un arôme délicat mais très présent. Utilisée crue, la ciboulette apporte une touche finale à de nombreuses préparations culinaires. Pour terminer, le basilic offre une saveur fraîche, proche de celle de la menthe, très prisée dans la Midi, sans égale pour relever un plat de tomates et de pâtes.

### L'avis du connaisseur

Les essences végétales qui constituent le parfum des herbes aromatiques sont les plus concentrées et les plus odorantes dans les jours qui précèdent leur floraison. Les plantes sauvages ou issues de cultures de plein air offrent l'arôme le plus puissant. A l'achat, il faut choisir des herbes fraîches et odorantes, dépourvues de moisissure, et dont les tiges ne sont pas desséchées.

### La préparation culinaire

Les mélanges de fines herbes vertes ciselées, telles que le persil, le cerfeuil, l'estragon, la ciboulette et autres, présentent un intérêt majeur lorsqu'il s'agit de rehausser la saveur d'un plat.
La plupart des herbes supportent mal la cuisson, mieux vaut donc les ajouter au dernier moment.

## H O M A R D

Le homard est un grand crustacé qui appartient à l'infra-ordre d'Astacidea. C'est au moyen-âge que le homard a commencé à être connu en France. 11 est considéré comme plus luxueux que la langouste, car il est plus rare et a une saveur plus délicate. Les homards vivent sur des parois rocheuses jusqu'à environ 120 m de profondeur dans l'eau de la mer froide de la zone qui s'étend du Nord de la Norvège jusqu'à la mer Méditerranée. La couleur de sa carapace varie en fonction de la région et de la nature du terrain, du bleu profond au violet foncé, parfois bleu-vert et avec des taches. Ceux qui sont péchés le long des côtes du Finistère sont les plus appréciés des cuisiniers. La saveur de leur chair est vraiment délicate. Malheureusement, le volume de pêche a connu une forte diminution aujourd'hui. On trouve comme homards d'origine européenne ceux qui sont péchés le long du littoral anglais, mais la majorité dépend de l'importation du Canada et des États-Unis. Les homards d'origine canadienne et américaine étant différents de ceux d'origine européenne, ils se distinguent facilement de ces derniers, car ils ont des carapaces brunes et la poitrine bombée. Le goût est un peu inférieur. Leur prix est la moitié de ceux d'origine européenne. Le volume diminue pendant la période de ponte de mars à la fin d'avril et pendant la période de Noël, ce qui fait augmenter les prix. La saison des homards est de mai à septembre où le volume d'offre se stabilise.

### L'avis du connaisseur

Après la mort, la chair des crustacés se lâche, devient transparente et visqueuse. Choisissez ceux qui sont vivants et vifs, aux yeux brillants, qui dégagent une bonne odeur. Le goût et l'odeur de ceux qui ont été laissés longtemps dans un bassin sont médiocres. La saveur de la chair des femelles est plus délicate et la quantité de chair est plus importante. Cependant, lorsqu'elles portent des œufs, le goût est moins bon. Les femelles ont des ventres creux et ont des poils comme un palmier.

### La préparation culinaire

Éliminez complètement la saleté à l'eau courante, pour éviter que les mauvaises odeurs se transmettent pendant la cuisson. Si vous voulez griller ou rôtir un homard, blanchissez-le d'abord environ 2 min dans de l'eau bouillante salée. Puis coupez-le en deux de la tête à la queue et faites-le cuire en l'arrosant d'huile d'olive parfumée. Ne le retournez pas pendant la cuisson pour que les saveurs restent dans la carapace.
Pour une grillade façon barbecue, ne laissez pas la chair au contact direct du feu car cela fait évaporer le jus parfumé.
En cas de cuisson au four, lorsque la carapace devient rouge, couvrez le homard d'algues, ce qui lui conférera un goût plus prononcé grâce à l'iode.
Autrefois, les pêcheurs bretons cuisaient des homards avec des algues en les mettant dans un panier en bois. L'utilisation de l'autocuiseur est une bonne méthode car cela nécessite peu d'eau et la saveur ne s'échappe pas.
Une excellente sauce peut être réalisée avec la tête et la carapace.

# HUILE D'OLIVE

Les oliviers fleurissent dans les derniers jours du printemps. On dit que sur 20 fleurs, une seule produira un fruit. Celui-ci se développe pendant la saison estivale, puis se charge ensuite en lipides. En fonction de leur degré de maturation, les olives revêtent toute une gamme de couleurs s'étendant du vert au violet, jusqu'au noir. La récolte des variétés précoces débute fin septembre, mais la cueillette des espèces à maturation plus tardive se poursuit jusqu'en février. L'Afrique est la contrée d'origine des oliviers. C'est à partir de là qu'ils sont supposés avoir été introduits sur l'île de Crète en passant par l'Egypte, avant que la Grèce et la Syrie ne se lancent dans leur culture au XVIe siècle avant notre ère, à l'instar de la Crète qui en était devenue le pivot. De manière simplifiée, l'huile d'olive consiste dans le jus du fruit de l'olivier, qui a été extrait par pression. L'étymologie du terme latin «olea», qui était alors employé pour désigner l'huile, est le mot «olive», ce qui constitue un témoignage de l'histoire de l'extraction des huiles végétales. L'olivier comprend une multitude de variétés, supérieures à 500, et les procédés d'exploitation et les méthodes de récolte du fruit, ainsi que les techniques d'extraction de l'huile varient selon les différents pays et régions producteurs. Par conséquent, les huiles d'olive présentent, en fonction de leur origine, des différences de teinte, de parfum et de saveur assez prononcées. C'est pourquoi il est nécessaire, au moment de l'achat, de prendre en compte le lieu de production. Si l'huile d'olive se révèle plus onéreuse que l'huile de soja ou de tournesol, c'est parce que la croissance des arbres se fait très lentement. D'autre part, les oliviers ne commencent à porter des fruits que de 5 à 6 ans après leur plantation, mais il faut néanmoins compter de 7 à 15 ans avant qu'une récolte régulière ne devienne possible. Et pour finir, il faut un minimum de 5 kg de fruits pour obtenir un litre d'huile d'olive.

## Les principales variétés et leurs caractéristiques

Selon leur qualité, on peut classer les huiles d'olive en trois grandes catégories : les huiles vierges, les huiles raffinées et les huiles pures. L'huile d'olive vierge est un pur jus de fruits, qui n'a subi aucun traitement chimique ou thermique. Elle a conservé toutes les qualités de l'olive et lorsque son taux d'acidité est inférieur à 1%, elle porte l'appellation d'huile d'olive vierge extra. L'huile d'olive raffinée est constituée d'huiles d'olive vierges de qualité inférieure présentant une acidité élevée, mais qui a été réduite grâce à un processus de raffinage, au cours duquel la couleur et l'arôme de l'olive se dégradent. Quant à l'huile d'olive pure, il s'agit d'un mélange d'huiles d'olive vierges et d'huiles d'olive raffinées, qui a pour résultat de mettre en valeur les vertus de ces deux catégories de produit.

## Précautions d'emploi lors de l'usage culinaire

Les huiles en général ont pour caractéristique de s'oxyder lorsqu'elles sont exposées à l'air ou à la lumière. Elles se conservent donc plus longtemps si elle sont stockées dans des bouteilles opaques soigneusement fermées, dans un endroit sombre et frais.

L'huile d'olive magnifie la saveur des aliments avec lesquels elle est utilisée : il suffit d'y ajouter une pincée de safran, de curry en poudre, de basilic et autres herbes ou épices pour qu'elle s'imprègne de leur parfum. Les pâtes gagneront ainsi à être assaisonnées d'un filet d'huile d'olive dans laquelle on aura fait macérer des feuilles de basilic, et les crustacés grillés à être arrosés de quelques gouttes d'huile d'olive aromatisée au curry, à l'anis étoilé, à l'ail ou encore au basilic.

# HUÎTRE

«

L'élevage des huîtres remonte à une époque ancienne. On dit que des huîtres ont été élevées à Naples en Italie déjà au 1er siècle avant Jésus-Christ. Depuis les temps anciens, l'huître n'était pas seulement l'objet d'admiration des gourmets en Europe, c'était aussi un des aliments favoris de grands hommes tels que Jules César, Napoléon ou Bismarck, car l'huître, surnommée « lait de mer », est d'une grande richesse nutritionnelle.

Bien que les huîtres proviennent d'élevage, elles ont chacune leur caractère propre en raison de l'influence des conditions naturelles de chaque région. Il est très important de vérifier leur provenance. En France, comme en Angleterre et en Irlande, elles sont classées par numéro indiquant leur taille de façon inversement proportionnelle à leur poids. Par exemple, n° 4 pour 40 g, n° 3 pour 50 g, et n° 00000 pour 150 g.

## Principales espèces et caractéristiques

Huître plate : l'huître plate d'origine bretonne est connue pour sa bonne qualité. En particulier, la belon, qualifiée de reine des huîtres, bénéficie d'une excellente réputation. Elle se caractérise par sa forme ronde et fine, élégante et belle L'appellation « belon » provient du nom du fleuve breton, le Belon, constitué d'un estuaire envahi par la mer, indispensable à l'habitat des huîtres.

Huître creuse : c'est une huître dont les coquilles sont creuses. L'huître portugaise et l'huître crassostrea gigas (huître japonaise) font partie de cette famille. Elle est largement élevée sur le littoral de l'ouest de France.

Outre la Bretagne, Isigny (entre la Manche et le Calvados) est aussi une région d'élevage d'huîtres caractéristiques et produit des grosses huîtres arrondies. Elle-? sont spécialement utilisées dans des plats nécessitant la cuisson. En Marennes-Oléron, les parcs à huîtres appelés « claires » ressemblent à des anciens marrais salants. Les huîtres qui y sont élevées, réputées, se caractérisent par leur couleur verte particulière. Celles qui y ont séjourné de 2 à 4 mois et qui ont bien grandi sont dénommées « spéciales ».

## L'avis du connaisseur

Choisissez des huîtres blanches comme le lait et luisantes. Si la chair est bombée, elle est fraîche et de bonne qualité.

## La préparation culinaire

Pour les amateurs d'huîtres, la meilleure façon de les déguster est de le* accompagner de jus de citron ou de vinaigre à l'échalote.

51 vous préparez un hors d'œuvre chaud, il vaut mieux pocher préalablement ic-? huîtres dans leur eau.

Si vous voulez les griller ou les faire gratiner, la cuisson doit être rapide pour éviter que ces mollusques durcissent.

# L A I T

La Normandie, région riche en pâturages, constitue en quelque sorte un royaume laitier en France au regard de sa production de lait de qualité. Outre le lait de vache, on produit également du lait de chèvre ou du lait de brebis, mais la dénomination «lait», sans indication de l'espèce animale duquel il provient, désigne toujours le lait de vache

## Les différents types de lait

Les rayons proposent généralement du lait frais pasteurisé, qui a été chauffé à une température modérée, du lait stérilisé (UHT), qui a été porté à une température très élevée ayant pour effet de tuer tous les micro-organismes et de permettre une longue conservation, ainsi que du lait cru. Cependant, le type de lait le plus répandu est le lait frais pasteurisé. Quant au lait cru, il n'a été soumis à aucun traitement destiné à prolonger sa conservation et doit donc être consommé dans un intervalle de 48 heures.

Si l'on classe les divers laits selon leur teneur en matière grasse, ceux-ci se répartissent en trois catégories : le lait entier (3,6 % de matière grasse), le lait demi-écrémé (de 1,6 à 1,8 % de matière grasse) et le lait écrémé (moins de 0,3 % de matière grasse), qui se distinguent grâce à la couleur du bouchon et du conditionnement.

D'autre part, le lait concentré peut être sucré ou non sucré, et le lait en poudre a subi un processus de déshydratation par atomisation dans un courant d'air chaud.

## Conservation

Le lait frais pasteurisé se conserve pendant 7 jours au réfrigérateur à une température de 4 à 6 °C, et 2 jours après ouverture de la bouteille. En revanche, le lait UHT se conserve un maximum de 3 mois à température ambiante, puis 3 jours au réfrigérateur après ouverture. Néanmoins, le lait est sensible à la lumière car elle détruit toutes les vitamines du groupe B, et il s'imprègne facilement des odeurs environnantes lorsqu'il est entreposé au réfrigérateur après ouverture. C'est pourquoi sa conservation au frais nécessite quelques précautions.

## Valeur nutritionnelle (pour des vaches d'élevage français)

Le lait contient en moyenne 87,5 % d'eau, 3,2 % de protéines, 4,5 % d'hydrates de carbone (principalement du lactose), de nombreux sels minéraux et vitamines, ainsi que 120 mg de calcium par 100 g. Enfin, la teneur en matière grasse du lait entier est de 3,6 % au moins, mais cette valeur peut varier selon la race et le type de la vache, ainsi que son alimentation.

## Utilisation culinaire

Le lait est utilisé dans une multitude de potages, dont le plus typique d'entre eux est la soupe au lait. Elle est également un ingrédient principal de la sauce béchamel, dont dérivent de nombreuses autres sauces et préparations.

Par ailleurs, la confiture de lait constitue une préparation originale.

# L A N G O U S T E

La langouste est un grand crustacé marin. Il y a de nombreuses espèces de crustacés marins et leur habitat est tout aussi varié : en eau douce, en mer, dans les abysses, en hauts-fonds, en mer chaude, en mer froide ou bien en habitat terrestre. On dit que leur nombre d'espèces se compte de 2500 à 3000 dans le monde. En gros, on fait la distinction entre les crustacés marins qui nagent et ceux qui marchent -et la langouste appartient à la famille des grands crustacés marins qui marchent. Les langoustes vivent sur des parois rocheuses en mer chaude telle que la mer Méditerranée. La période de ponte a lieu une fois tous les deux ans. Il faut 30-50 jours entre la ponte et l'éclosion, 3-4 ans pour atteindre la taille de 20 cm. De nombreux points sont inconnus dans le processus de développement et on ne pratique pas encore l'élevage. La période et le volume de pêche sont réglementés. La saison de pêche s'étend d'avril à la fin septembre.

## L'avis du connaisseur

La qualité des crustacés se détériore lorsqu'ils sont morts. Choisissez toujours ceux qui sont vivants. Concernant ceux qui ont été expédiés, il est important qu'ils aient été transportés endormis dans de la paille mouillée ou autres. S'ils marchent, ils sont épuisés. Leur queue est toujours courbée vers le bas et si elle bouge énergiquement lorsque l'on les soulève, c'est qu'ils sont frais.

## La préparation culinaire

Pour mettre en valeur le goût frais de la langouste, ne la cuisez pas trop longtemps.

Éliminez complètement la saleté de la carapace, faites cuire la langouste dans de l'eau bouillante additionnée de gros sel et de vinaigre 2 min. Faites-la ensuite sauter 5 min.

On peut obtenir un bon fond à partir de la tête et de la carapace, qui sont utilisés pour confectionner une sauce dans certaines recettes. Si on ajoute le corail à la sauce, le corps et la profondeur du goût s'amplifient. Par ailleurs, si on décore le plat avec la carapace de la tête dont la forme a été égalisée, cela met l'accent sur une superbe présentation.

# LAPIN

La famille des léporidés comprend le lapin et le lièvre. Le terme de lapin englobe le lapin domestique et le lapin de garenne. Le lapin domestique est élevé à travers la France entière. Quant au lapin de garenne, il s'agit d'un lapin sauvage qui vit dans les régions de collines, mais son espèce est menacée de disparition rapide. On différencie le lapin du lièvre, ce dernier constituant une espèce sauvage qui affectionne les milieux de prairies et autres espaces ouverts. L'élevage des lapins domestiques a commencé très tôt et ces animaux sont présumés s'être largement multipliés au XVII$^{e}$ siècle. La variété de lièvres originaire d'Europe s'étant éteinte, elle a été remplacée par une espèce introduite de Hongrie. La viande de lapin est, avec celle du lièvre, un ingrédient fréquemment utilisé dans la cuisine française, si bien que les élevages domestiques rivalisent aujourd'hui en nombre avec celui des parcs ovins.

Parmi les différentes régions d'élevage de lapins domestiques se distinguent notamment la zone qui s'étend du centre à l'ouest de la France, et la Vallée du Rhône. Le lapin d'Anjou, plus spécialement, jouit d'une bonne renommée pour la saveur agréable de sa viande. Le lapin fermier, d'autre part, alimenté à l'herbe et aux grains, est charnu et savoureux. On peut se procurer de la succulente viande de lièvre en Champagne, Gascogne, Normandie et Poitou. Il faut noter que le lièvre des montagnes, dont la viande est imprégnée du parfum des herbes aromatiques dont il s'est nourri, est particulièrement exquis.

## L'avis du connaisseur

Les lapins abattus à l'âge de 90 à 100 jours, alors qu'ils sont encore jeunes, offrent une viande tendre. Le râble doit être bien rebondi, de couleur rosée et d'aspect brillant, et le foie clair et dépourvu de taches. La graisse blanche qui recouvre la partie inférieure du râble et l'apparence satisfaisante des rognons sont également des critères de qualité. Les lapins dont la découpe inclut la tête et les pattes avoisinent habituellement les 1,2 à 1,4 kg. On ne trouve de lièvre dans le commerce que lorsque la chasse est ouverte. Sa nourriture étant constituée de légumes, de jeunes pousses et autres plantes herbacées, la viande du lièvre présente un goût naturellement corsé. Il est recommandé de choisir un animal âgé de 9 mois à 1 an, d'un poids de 2-3 kg. Lorsqu'il est plus vieux, sa viande se dessèche et la saveur se modifie ; elle ne convient alors que pour préparer pâtés, terrines et mousses. Les jeunes lièvres ont les pattes minces et leurs griffes dissimulées dans leur pelage sont invisibles. Leur poil est luisant et leurs oreilles longues et fines.

## La préparation culinaire

La viande de lapin est peu grasse et digeste, et sa fibre musculaire est fine et tendre. Sa saveur gagne a être relevée avec des herbes ou des légumes aromatiques. Le râble est particulièrement délicieux lorsqu'il est rôti. A la différence du faisan et du chevreuil, la viande de lièvre ne nécessite pas de faisandage. Au contraire, elle doit être cuisinée fraîche. Elle commence à se corrompre au bout de 48 h, c'est pourquoi il faut faire preuve de prudence. Le liquide d'une marinade altérant la saveur de la viande, le lièvre ne doit pas être mariné, si ce n'est pour être conservé. Les cuisses, les épaules, les filets et le râble se prêtent à une cuisson rôtie. Mais le civet, ragoût lié avec le sang de l'animal en fin de cuisson, et le sauté sont également des modes de préparation culinaire appropriés.

# NOIX

Originaire d'Asie occidentale et de Perse, la noix s'est répandue en Grèce avant d'être introduite en Europe par les Romains. En France, elle est cultivée depuis l'époque du Moyen Age, et les régions du Périgord et du Dauphiné sont ainsi réputées pour leur activité de nuciculture. La noix de Grenoble dans le Dauphiné, en particulier, défend avantageusement sa qualité et sa saveur grâce à une appellation d'origine contrôlée. Et dans le Périgord, on exploite les variétés Corne, Marbot et Grandjean, qui bénéficient également d'une AOC. Mais outre le fruit lui-même, l'huile de noix et le bois de noyer font aussi l'objet d'une production importante.

Pendant sa période de croissance, la noix est revêtue d'une écorce verte, le brou, qui brunit en arrivant à maturité, et révèle, en se fissurant après la récolte, une coque ligneuse. Lorsqu'on brise la coquille d'une noix fraîche, on découvre des cerneaux de couleur blanche, recouverts d'une fine pellicule claire, qui prendra une teinte plus grisâtre à mesure que le fruit perdra de sa fraîcheur. La récolte des noix commence au début du mois d'octobre, lorsque les premiers fruits se mettent à tomber. Les noix dont le brou est encore vert sont entassées, ce qui a pour effet de permettre à l'écorce de se détacher en quelques jours. À la période de la Toussaint, aux environs du 1er novembre, toutes ces noix fraîches auront été débarrassées de leur brou, et seront prêtes à être commercialisées. Idéalement, elles devront alors être utilisées dans un intervalle de quinze jours après leur cueillette. Cette saison une fois révolue, les autres noix seront séchées à même la coque avant d'être mises sur le marché.

## L'avis du connaisseur

La coquille d'une noix de qualité doit offrir une couleur claire et un aspect irréprochable, et laisser une sensation de poids dans la main. Il convient de choisir des fruits dont la coque soit dépourvue de toute fissure, d'orifice, de tache sombre, et n'exhalant pas une odeur de moisissure.

## La préparation culinaire

Les variétés de noix à coquille mince peuvent être écalées à la main, mais la grande majorité de ces fruits est dotée d'une coque qui nécessite un casse-noix pour être brisée.

Lorsque les cerneaux sont broyés et réduits en une pâte qui sera pressée à froid, on obtient une huile de noix assez concentrée. Ce type d'huile ayant un caractère très affirmé et ne supportant pas les fortes températures, elle n'est pas adaptée pour la cuisson et encore moins pour les fritures. Mais employée pour les assaisonnements, elle relèvera agréablement la saveur, notamment, de vos salades d'endives, de mâche et de haricots verts. L'huile de noix se marie également très bien avec les plats de champignons, et plus spécialement avec les cèpes, la viande de canard et de porc, la morue et les escargots. Toutefois, cette huile présente l'inconvénient de s'acidifier rapidement au contact de la lumière. C'est pourquoi il faut prendre soin d'envelopper les bouteilles dans du papier opaque. Par ailleurs, quand elle est conservée au réfrigérateur, elle se fige et sa saveur s'altère.

Pour les pâtisseries et les entremets, on utilise les noix sous forme de poudre ou hachées, ou encore les cerneaux entiers à des fins de décoration.

Avant de cuisiner des noix sèches, il est recommandé de leur redonner un peu de fraîcheur en les laissant tremper quelques heures dans un bain de lait.

## ŒUF

Nombreux sont les oiseaux qui pondent des œufs comestibles, mais dans le domaine culinaire, lorsque ce terme est employé sans autre précision, il désigne un œuf de poule. Faisons un bref inventaire des œufs qui peuvent être proposés à la consommation. L'œuf d'autruche, de couleur ivoire, est suffisamment gros pour nourrir dix personnes à lui seul. Les œufs de canard, souvent très blancs, sont onctueux et délicieux et conviennent à merveille pour la confection de gâteaux. Les œufs de pintade, se conservant très bien, ont été rebaptisés «œufs des matelots». Quant aux œufs de caille, de taille minuscule, ils apparaissent fréquemment sur les tables d'apéritif. Enfin, cette liste ne serait pas complète sans les œufs d'oie et les œufs de dinde.

### Choix des œufs

En France, les œufs sont répartis en 7 catégories, ou calibres, selon leur poids et leur taille. Ceux dont le poids est supérieur ou égal à 70 g correspondent au calibre 1, alors que les œufs qui pèsent moins de 45 g appartiennent au calibre 7. Les recettes de cuisine requièrent la plupart du temps des œufs de calibre 3 (de 60 à 65 g) ou 4 (de 55 à 60 g). D'autre part, une seconde classification à l'aide des lettres A, B et C permet de distinguer les œufs en fonction de leur fraîcheur. Les «œufs frais» et les «œufs extra frais» étant ainsi classés dans la catégorie A. Il faut préciser que les appellations du type « œufs de production locale» ou «œufs de ferme» ne sont pas réglementées par la législation. Afin de vérifier la fraîcheur d'un œuf, il suffit de le plonger dans l'eau. S'il coule et reste au fond, c'est qu'il est très frais. En revanche, plus il remontera vers la surface de l'eau et moins sa ponte sera récente. Si un œuf flotte à la surface de l'eau, c'est qu'il est avarié et il doit alors être jeté. On peut également évaluer la fraîcheur d'un œuf en le cassant sur une assiette. Un jaune entier et bien rebondi, qui ne coule pas et reste recouvert d'une épaisse couche de blanc est la marque d'un œuf particulièrement frais. Au contraire, lorsque l'œuf est vieux, son blanc et son jaune ont tendance à se répandre latéralement.

### Conservation

Les œufs doivent être entreposés dans un endroit très frais ou au réfrigérateur, posés le côté pointu en bas afin que le jaune reste bien au centre. Pour prévenir leur déshydratation, il convient de les garder dans leur boîte d'origine ou de les emballer préalablement. Leur durée de conservation variera bien sûr en fonction de leur degré de fraîcheur, mais vous pourrez les consommer en toute sécurité pendant trois semaines maximum. On veillera à envelopper les œufs fêlés dans du film alimentaire et à les utiliser le plus rapidement possible. Les blancs d'œufs ne se conservent pas plus de 24 heures. Si vous devez les congeler, additionnez-les d'une pincée de sel ou de sucre pour éviter qu'ils ne se gélifient.

### La préparation culinaire

Les œufs remplissent des fonctions variées dans de nombreuses recettes culinaires. Les blancs permettent en général d'apporter un peu de légèreté aux préparations, alors que les jaunes servent à leur ajouter du corps et à les rendre homogènes. Ils sont ainsi très utiles pour épaissir les potages ou le sauces. Quant aux blancs, ils se révèlent indispensables pour clarifier les consommés. Lors de leur cuisson, il faut simplement être attentif au fait que les œufs sont très sensibles à la chaleur et au froid. Les œufs ayant subi une réfrigération excessive seront par exemple très difficiles à battre en neige, et si une mayonnaise ne prend pas, c'est souvent aussi parce que les œufs sont trop froids. Par ailleurs, il faut veiller à ne pas directement mélanger les œufs, les jaunes en particulier, à un appareil chaud afin d'éviter qu'ils ne se dissocient. Leur temps de cuisson est également un point très délicat. En effet, la différence entre des œufs tendres et moelleux et des œufs trop cuits ne tient souvent qu'à une ou deux petites minutes de cuisson.

## OURSIN

L'oursin est un invertébré marin portant des piquants sur la totalité du corps, appelé souvent châtaigne de mer ou hérisson de mer en raison de son apparence externe. Sous son test calcaire globuleux apparaît l'appareil digestif, les podias et 5 gonades femelles (corail) comestibles. Il existe de nombreuses espèces d'oursins et leur habitat, qui s'étend sur presque toutes les étendues marines du monde, est centré sur la mer Méditerranée.
En France, la mer Méditerranée et les côtes bretonnes sont considérées comme les sites les plus importants de l'oursin. La pêche et la vente sont réglementées dans ces régions et la pêche est interdite de mai à septembre. Les prix sont abordables dans ces régions sauf en cas de pêche médiocre, mais la valeur de l'oursin est élevée. Il reste un aliment rare dans les grandes villes.

### Principales espèces et caractéristiques

Parmi les oursins consommables, l'oursin vert et l'oursin noir sont sans doute les plus savoureux. L'espèce « Hérisson de mer » est une des espèces les plus populaires en Europe. Elle appartient au grand oursin européen. Leur habitat se situe dans les parois rocheuses au nord et sur la côte ouest de la mer Méditerranée. Leurs piquants sont très longs et leurs tailles diffèrent les uns des autres. Cette espèce fait partie de l'oursin noir, de couleur noire bleutée et elle est appelée selon les régions : Châtaigne de mer, Ours de mer, Œuf de mer, etc.

### L'avis du connaisseur

Comme d'autres mollusques, on le consomme cru et vivant, il faut de ce fait le choisir frais, avec des piquants durs et la bouche bien fermée. Pour l'ouvrir, mettez des gants résistants et utilisez des ciseaux longs. Coupez à partir de la bouche molle vers la partie supérieure.

### La préparation culinaire

Comptez un ou deux oursins crus pour un assortiment de fruits de mer, servi(s) avec des petites cuillères.
Vous pouvez aussi en faire de la purée réduite en le tamisant.
L'utilisation de l'oursin est diverse : dans une sauce accompagnant un poisson, comme ingrédient ajouté à une omelette, dans de la soupe, etc.
L'oursinade, spécialité du sud de la France, est une sauce épaisse à base d'oursin qui accompagne la nage de poisson. Ce terme désigne parfois aussi une soupe de poisson à l'oursin.

## POIRE

Appartenant lui aussi à la famille des Rosacées, le poirier s'épanouit dans les régions à climat tempéré des côtes méditerranéennes et du sud de l'Europe, et est exploité depuis l'âge de pierre. Il en existe plusieurs variétés originaires de pays d'Asie de l'Est, tels que la Chine ou le Japon, ou d'Amérique, mais la France en compte peu. On en dénombrait déjà 200 variétés à l'époque de la Renaissance, et ce nombre avoisinerait aujourd'hui les 5000. Néanmoins, les poires destinées à la consommation se limitent essentiellement à 10 variétés. Celles qui sont cultivées en France se répartissent en trois catégories selon les saisons. Il s'agit en premier lieu des poires d'été, récoltées en juillet-août, telles que notamment la Guyot et la Williams. Ensuite, nous avons les poires d'automne, comprenant la Beurré Hardy, la Louise Bonne, l'Alexandrine, la Conférence ou la Comice, dont la cueillette a lieu en septembre-octobre. Et, enfin, la troisième catégorie correspond aux poires d'hiver, comme la Passe-Crassane et autres, dont la récolte débute en octobre et qui sont ensuite conservées au frais jusqu'en avril. Les variétés d'automne représentent un tiers du volume de la production annuel de ce fruit, qui a pour particularité de poursuivre sa maturation après sa cueillette. Les poires sont sensibles au froid, mais il est possible de les faire mûrir dans des entrepôts réfrigérés où la température ne descend pas trop bas.

### Les principales variétés et leur caractéristiques

La Williams, la variété la plus cultivée, arrive sur les étals des magasins en août. Cette poire assez grosse, d'aspect irrégulier, est revêtue d'une peau jaune citron. Sa chair est tendre, sucrée et parfumée. Cependant, il existe une autre variété de poires Williams, très recherchée, dont la robe d'un rouge profond recouvre une chair juteuse et savoureuse à souhait. Elle est produite en Provence et dans la région Rhône-Alpes et se conserve relativement bien.

La Passe-crassane, découverte à Rouen, est une grosse poire ronde à la peau d'un vert mat, qui revêt une teinte rouge-marron en mûrissant. Ce fruit, très prisé pour la confection de desserts, est pourvu d'une chair blanche, riche en eau, et légèrement granuleuse. Elle est commercialisée du mois de décembre, en début d'hiver, jusqu'en avril.

### L'avis du connaisseur

Les poires doivent être choisies sans défaut et bien colorées. Un fruit mûr pèse lourd dans la main, et exhale un parfum de fleur. Toutefois, il faut être attentif au fait que les poires, une fois arrivées à maturité, ramollissent très rapidement avant de s'abîmer.

### La préparation culinaire

En dessert, c'est sous forme de compote que la poire est le plus typiquement apprêtée. D'autre part, ce fruit cuit dans une sauce au vin rouge accompagnera avantageusement une crème glacée à la cannelle ou un sorbet à la poire. La Poire Belle-Hélène, entremets réputé, se compose de fruits pochés dans un sirop vanillé et d'une garniture de glace à la vanille, le tout nappé d'une sauce au chocolat tiède. Quant aux préparations salées, les poires sautées au beurre, en plus de relever agréablement les plats de canard, de porc et de gibier, s'associent bien avec les épinards. Leur saveur pourra en outre être agrémentée avec certaines épices, telles que le poivre, le gingembre, la cannelle ou la noix de muscade, avec lesquelles elles réalisent une délicate harmonie. Enfin, des fromages comme le roquefort ou le cantal gagneront à être dégustés en compagnie de ce fruit.

## POMME

La pomme appartient à la famille des Rosacées et est issue de la région qui s'étend de la chaîne du Caucase à l'Asie Mineure. Cultivée depuis la préhistoire, il en est question dans l'Ancien Testament sous le nom de Tappuah. Elle comprend de nombreuses variétés, qui se répartissent en trois types selon leur usage final : les pommes destinées à l'élaboration de boissons alcoolisées, les pommes à cuire, utilisées pour la confection des desserts et autres préparations culinaires, et les pommes de table, qui peuvent se croquer crues. On connaissait déjà trente variétés de pommiers à l'époque des Romains, puis plus d'une centaine au 16è siècle, mais aujourd'hui on en répertorie plusieurs milliers à travers le monde entier. Les pommes sont présentes tout au long de l'année sur les étals. Toutefois, pendant la période allant du mois de juillet, mois qui marque l'arrivée à maturité des variétés précoces, au mois de décembre, qui correspond à la cueillette des variétés tardives, ce sont des pommes fraîchement récoltées qui envahissent le marché. Les trois variétés qui arrivent en tête des volumes de production sont la Golden Delicious, la Granny Smith et la famille des Red America, regroupant notamment la Richared, la Starking, la Star Crimson et la Red Spur. Par ailleurs, les variétés plus traditionnelles telles que les Reinettes, les Belles de Boskoop, les Cox et les Calville se portent bien également.

### Les principales variétés et leurs caractéristiques

La variété Delicious a vu le jour aux États-Unis au 19e siècle, et existe sous la forme, soit d'une pomme à peau rouge, soit d'une pomme à peau jaune. Sa mutation spontanée a donné naissance à la Golden et à la Starking. Ce sont toutes des pommes de table dont la pleine saison se situe entre septembre et décembre.

La variété Granny Smith est originaire d'Australie et se consomme en France au mois de novembre et de décembre. Elle présente une robe de couleur vert pâle et une chair blanche et ferme, légèrement acidulée. C'est une pomme qui se prête bien à la cuisson.

La Belle de Boskoop est également une pomme à cuire, dont les mois de novembre et décembre constituent la meilleure saison. Dotée d'une chair ferme et délicatement parfumée, elle offre de nombreuses qualités gustatives.

Quant à la Reinette du Mans, à la saveur nettement sucrée et acidulée, sa chair est juteuse. C'est une pomme qui ne se défait pas à la cuisson, et convient donc aux préparations culinaires.

### L'avis du connaisseur

On prendra soin de choisir des pommes qui ne soient nullement abîmées, mais revêtues d'une peau de couleur vive, lisse et tendue, et bien brillante. Le degré de maturité du fruit peut être vérifié en appliquant du bout de l'ongle une légère chiquenaude au pédoncule. Si celui-ci rend un son faible et sourd, la pomme est mûre.

### La préparation culinaire

On peut éviter que la chair de la pomme ne brunisse, lorsque le fruit a été pelé, en l'arrosant de jus de citron ou en la plongeant dans un bain d'eau citronnée. La teneur élevée en pectine de la peau, du trognon et des pépins sera utile lors de la confection de gelées. La pomme se marie bien avec la viande de porc, qu'elle a par ailleurs l'avantage d'attendrir si elle est associée à sa cuisson. Et ce fruit cuit à l'étuvée dans du beurre garnira à merveille un plat de canard ou de gibier. Il constitue d'autre part un ingrédient essentiel à l'élaboration des desserts, et est particulièrement adapté aux compotes qui, lorsqu'elles sont préparées avec des pommes, pourront être dégustées avec de la crème glacée. Enfin, la cannelle, la vanille, la cassonade, le citron, les raisins secs, le calvados et le rhum parfumeront agréablement toutes les préparations culinaires à base de pommes.

## POMME DE TERRE

La pomme de terre est une plante appartenant à la famille des solanacées, au même titre que l'aubergine, la tomate, le piment et le poivron. C'est le légume le plus populaire en France. Originaire des Andes centrales en Amérique du sud, et introduit en Europe au début du 16e siècle, les prémices de sa culture en France remontent au 18e siècle. Sous forme de frites croustillantes ou d'une onctueuse purée, la pomme de terre fait les délices de tous les Français sans exception. On la trouve tout au long de l'année, mais de février à juillet, c'est l'époque de la pomme de terre nouvelle. Dans toutes les régions de production, la récolte bat son plein en automne.

### Variétés et caractéristiques

La pomme de terre compte de multiples variétés qui se répartissent en deux catégories principales : celles qui sont dotées d'une chair ferme et qui tiennent bien à la cuisson, et celles dont la chair tendre se défait à la cuisson pour revêtir une consistance moelleuse et homogène. La Belle de Fontenay est une variété réputée. Revêtus d'une peau jaune, ses tubercules sont de petite taille, mais se révèlent d'une saveur agréable. LA BF15, la Roseval et la Ratte sont des pommes de terre à grain fin qui offrent une excellente tenue à la cuisson, contrairement à la Bintje et à la Kerpondy, qui possèdent une chair plus friable.

### L'avis du connaisseur

Au moment de l'achat, il faut veiller à choisir des pommes de terre qui présentent une peau bien lisse et tendue. Il convient d'éviter soigneusement celles qui sont abîmées ou qui ont commencé à germer, car ces défauts portent préjudice à leur saveur. Par ailleurs, les gros tubercules manquent de goût. C'est pourquoi il vaut mieux sélectionner des pommes de terre de taille moyenne et homogène.

### La préparation culinaire

Le mode de préparation le plus traditionnel pour la pomme de terre est la cuisson à l'eau. On utilisera pour cela des Roseval ou des Rattes, qui ne risqueront pas de se désagréger, qu'on choisira de taille égale afin que la cuisson soit uniforme. On prendra soin de commencer la cuisson dans de l'eau froide salée car le fait de plonger les pommes de terre dans l'eau bouillante leur fait perdre leur tenue. Le temps de cuisson dépend de la variété et de la taille, mais il faut compter 25 minutes environ. Pour les pommes de terre nouvelles, le départ de la cuisson doit toujours se faire à l'eau froide non salée et, pour leur conserver leur fermeté, il est recommandé de n'ajouter le sel que quelques minutes avant la fin de la cuisson. Lorsque leur préparation nécessite qu'elles soient pelées et détaillées en morceaux, les pommes de terre doivent impérativement être trempées dans l'eau froide, lavées et rincées avec soin avant la cuisson afin de les débarrasser de leur amidon. Si cette étape n'est pas respectée, elles peuvent attacher entre elles ou changer de couleur à la cuisson, sans compter le risque de voir leur texture en bouche se détériorer. Et c'est assurément la frite qui constitue le mode de cuisson de prédilection des Français lorsqu'il est question de pomme de terre. On choisira à cet effet une variété à chair ferme. Après avoir pelé, coupé et lavé les pommes de terre, on les fera cuire de 1 à 2 min à l'eau bouillante non salée avant de leur faire subir deux passages dans l'huile de friture. Pour la purée, on utilisera une variété de pommes de terre à chair farineuse, qu'on pèlera et qu'on portera sur le feu dans de l'eau froide salée pour les faire cuire jusqu'à entière evaporation du liquide. Puis, on les passera au presse-purée . Il faut avant tout éviter le mixeur qui rend la purée collante.

## POTIRON ET AUTRES CUCURBITACÉES

Le potiron est une plante de la famille des cucurbitacées. On considère que les pays d'origine des cucurbitacées sont des pays de la zone tropicale d'Asie ou d'Afrique. Il existe de nombreuses variétés de différentes couleurs et formes, mais on distingue en gros deux types : les cucurbitacées d'hiver représentées par le potiron et les cucurbitacées d'été, par exemple la courgette.

### Principaux genres et caractéristiques

Le potiron est originaire du Cambodge. Protégé par une peau épaisse de couleur orangée, le potiron est considéré comme un représentant des cucurbitacées d'hiver. Cru, il n'est pas comestible. On le récolte bien mûr, on le fait braiser, puis on l'arrose de beurre fondu, ou on le réduit en purée pour faire un gratin ou de la soupe.
Dans le sud-ouest et le sud-est de la France, les graines de potiron très parfumées sont souvent utilisées dans des plats régionaux. En raison de leur richesse en acide linoléique, elles sont recommandées pour la prévention de l'artériosclérose. Choisissez les potirons dont la peau est dure et épaisse et qui sont lourds.

La courgette : si la plupart des cucurbitacées sont originaires d'Asie, la courgette, elle, est originaire d'Amérique centrale. Elle est cultivée presque partout en France. Elle est également importée du Maroc, d'Algérie, de Tunisie, etc. et on la trouve toute l'année sur le marché.
Les petites courgettes sont souvent préparées en beignets ou farcies. En général, la meilleure façon de les mettre en valeur est de les faire sauter à l'huile d'olive ou au beurre plutôt qu'en les faisant cuire à l'eau. Elles sont aussi délicieuses crues, coupées en bâtonnets et accompagnées d'une sauce ou intégrées à une salade mixte.

Le pâtisson se caractérise par sa couleur blanche ou jaune dorée et sa forme ronde festonnée. Sa saveur douce est populaire dans le sud de la France.
La chayotte, qui appartient à la même famille, tient une grande place dans les plats créoles épicés. Elle est souvent servie en gratin. Choisissez celles dont la peau est fine et qui n'ont pas de fissure ni de tache. Plus elle est petite, meilleur est son goût.

## S A U M O N

La plupart des saumons que l'on trouve en France sont des saumons péchés en océan Atlantique Nord ou dans des pays occidentaux. De nombreux saumons sont péchés dans l'océan Pacifique aussi, mais on dit que leur chair est un peu moins bonne. L'apparence et la couleur de la chair de saumon varient selon la période de ponte, du lieu, de la zone de migration, du lieu de pêche entre autres et la même espèce a différents noms selon la période de croissance. Le saumon rouge et la truite de mer aussi appartiennent à la famille des salmonidés. On sait que le saumon retourne par instinct pondre dans la rivière dans laquelle il est né. La période de ponte se situe entre novembre et mars. Après l'éclosion, environ 6 mois plus tard, le jeune poisson se déplace vers la mer pour se développer, son retour n'ayant lieu qu'environ 3 ans après. En France, ce sont, entre autres, la Loire, l'Allier, l'Adour, qui sont concernés. Le saumon rouge et la truite de mer passent de 1 à 5 ans en eau douce et se déplacent vers la mer. Il leur faut 5 ans pour retourner à la rivière. L'élevage de truite de mer est pratiqué en Norvège.

### Espèces et sélection

Le saumon le plus apprécié est incontestablement le saumon sauvage de ligne. Les saumons appelés trolls sont des saumons péchés au large du littoral européen lorsqu'ils sont en train de retourner à leur rivière et ils en portent l'indication. En France, l'indication du nom complet de l'espèce de saumon et du lieu de pêche est obligatoire, par exemple, Oncorhynchus kisutch (saumon argenté) de l'océan Atlantique, Saumon du Japon de l'océan Pacifique. Le goût et la couleur de la chair du saumon étant différents selon l'espèce, le lieu de pêche ou d'élevage, ils servent de critères pour choisir un saumon.

### La préparation culinaire

Un saumon cuit peut être accompagné de sauce mousseline. Vous pouvez aussi braiser un saumon avec du vin ou du champagne.
Si c'est un saumon de bonne qualité, il vaut mieux le griller ou le cuire au four après l'avoir badigeonné d'huile, plutôt que de le cuire dans du liquide. La cuisson ne doit pas être prolongée. Une cuisson excessive assèche la chair et détériore sa saveur délicate. On accompagne traditionnellement un plat de saumon d'asperges ou de petits pois. Le mariage avec de l'oseille est une parfaite réussite, ce qui explique la célébrité de « l'escalope de saumon à l'oseille » des frères Troisgros.

## S U C R E

Les premiers édulcorants découverts par l'homme étaient le miel et les fruits sucrés. Bien que ceux-ci possèdent un pouvoir sucrant incontestable, c'est actuellement de la canne à sucre et de la betterave sucrière qu'est principalement tiré le sucre.

### Le sucre et ses composants

Le sucre blanc est formé, dans une proportion de 99,7 à 99,9 %, de saccharose, obtenu grâce au raffinage des hydrates de carbone qui se sont accumulés dans la tige de la canne à sucre et dans la racine de la betterave sucrière. Ce saccharose est le résultat de la combinaison et de la cristallisation d'une molécule de glucose et d'une molécule de fructose. Pour le miel, en revanche, ces molécules de glucose et de fructose se sont condensées dans des proportions inégales, c'est pourquoi il ne se cristallise pas.
Le glucose, lorsqu'il est produit industriellement, peut également prendre l'aspect d'un sirop épais et incolore, doté d'une saveur douce moins prononcée que le sucre blanc. Quant au fructose, il s'agit d'un sucre simple qui se trouve en abondance dans les fruits à l'état naturel. C'est le plus sucré de tous les édulcorants, commercialisé sous forme liquide ou de comprimés, et est utilisé de préférence par les cuisiniers privilégiant les aliments diététiques, quoiqu'il soit sensible à la chaleur.

### Le sucre blanc

Le sucre blanc raffiné est extrait de la canne à sucre ou de la betterave sucrière. Il est présent dans les rayons des commerces sous diverses formes, selon la taille des cristaux, dont la plus courante est le sucre en poudre, dit aussi semoule, puis le sucre glace et le sucre en morceaux. En outre, il existe également du sucre aromatisé à la vanille, ou des cristaux de sucre de plus grande dimension.
Le sucre en poudre présente un grand degré de pureté et est fréquemment employé pour la confection des desserts, confitures et autres gelées en raison de sa facilité de dissolution dans l'eau.
Le sucre glace, poudre blanche obtenue par fin broyage de cristaux de sucre, est additionné de 2 ou 3 % d'amidon afin d'éviter qu'il s'agglomère en une masse compacte. Il s'avère indispensable pour la préparation des gâteaux et des confiseries, et plus particulièrement pour les desserts et entremets ne nécessitant pas de cuisson.
Enfin, le sucre en morceaux, pouvant revêtir l'aspect d'un cube, d'un parallélépipède ou d'un petit rocher de forme plus irrégulière, est souvent utilisé pour l'élaboration du caramel et des sirops. Le plus courant est le calibre n°3 (d'un poids de 7 g/morceau) ou n°4 (d'un poids de 5 g/morceau).

### Le sucre roux

Il s'agit soit d'un sucre brut cuit (sucre de canne roux véritable), soit d'un sucre raffiné recoloré avec de la mélasse -ce qui contribue à lui donner une saveur très sucrée et l'arôme caractéristique de la mélasse.
Quant à la cassonade, il s'agit d'un sucre granuleux incomplètement raffiné, qui est le produit de la cristallisation par réduction du jus de la canne à sucre. Ses cristaux de couleur rousse offrent un léger arôme de rhum.
Pour terminer, le sucre brun, que l'on a agrémenté de quelques épices comme la cannelle ou autre, est notamment destiné à la fabrication du pain d'épices.

# TOMATE

La tomate est originaire de l'Amérique tropicale. Elle a été importée en Europe vers le XIVe siècle. Longtemps considérée comme toxique, elle s'est répandue en tant que légume dans le sud de la France, mais il semble qu'elle n'ait été qu'une plante de décoration dans le nord du pays pendant longtemps. La venue des Marseillais à Paris à l'occasion de la fête de la Fédération nationale du 14 juillet 1790 marqua le début de la consommation des tomates. Mais l'utilisation significative de la tomate est relativement plus récente puisque l'on attribue à Adolphe Dugléré, directeur du célèbre restaurant des «Trois frères provençaux » de Paris, l'entrée de la tomate dans la cuisine, au milieu du XIXe siècle.

### Principales variétés et caractéristiques

Les variétés de tomates mondialement connues sont au nombre de 3.
Tomates de type anglais : connues depuis longtemps en tant que variété à cultiver sous serre, elles sont aujourd'hui développées aux Pays-Bas.
Tomates de type italien : c'est une variété de tomate de forme cylindrique représentée par la San Marzano. Elles sont transformées principalement pour la conserve, mais elles sont également consommées crues. Pour le concentré et la purée, une autre variété, de forme ronde, est utilisée.
Tomates de type américain : elles ont exercé l'influence la plus importante sur les tomates japonaises. C'est une variété qui a été développée pour la récolte mécanisée. La chair des tomates à consommer crue est relativement dure, le sépale des tomates à transformer, de forme oblongue, s'enlève facilement.

### L'avis du connaisseur

On consomme des tomates toute l'année mais celles qui ont bénéficié de la lumière du soleil sont meilleures gustativement et nutritionnellement. Celles dont le sépale est vert et solide et dont on sent le poids lorsqu'on les tient dans la main sont fraîches et juteuses. Quant à la forme, préférez les tomates de forme arrondie. Celles qui ont des angles peuvent avoir un creux à l'intérieur. Choisissez celles dont la peau est lisse, la peau rugueuse peut être un signe de sécheresse.

### La préparation culinaire

La légère acidité et la douceur de la tomate se marient avec la plupart des ingrédients tels que l'œuf, les pâtes, la viande, le poisson, les coquillages, etc. Selon le plat à réaliser, il peut être nécessaire d'enlever la peau et les pépins. La méthode suivante est rapide et préserve la tomate : percer une tomate avec une fourchette, la tourner en l'approchant du feu, et lorsque la peau se fend, retirez-la.
Parmi les plats traditionnels figure la tomate farcie. Elle s'adapte à toutes les situations car la farce peut être aussi bien préparée avec du riz qu'avec de la viande et des légumes. La tomate est à la fois un légume et un fruit, mais c'est aussi un condiment.

# VEAU

Un veau est un très jeune bovin de 8 mois au plus, qui n'a pas été sevré. Cependant, la viande de veau que l'on trouve le plus fréquemment dans le commerce provient d'animaux âgés de 4 à 6 mois, d'un poids approximatif de 115 kg. C'est au printemps qu'elle est le plus savoureuse.

### Types et particularités

Il existe deux modes d'élevage pour les veaux, qui sont soit élevés sous la mère, soit nourris avec un aliment d'allaitement préparé par l'éleveur. Mais ce sont les veaux de lait, âgés de 110 à 120 jours, qui ont bénéficié d'une alimentation exclusivement lactée qui donnent la meilleure viande (un peu moins de 10% de la production annuelle essentiellement en Aquitaine, Limousin et Midi-Pyrénées). Et certains éleveurs vont parfois jusqu'à ajouter des œufs crus à leur nourriture afin de rendre la viande encore plus succulente. On dit alors de ces veaux qu'ils ont un « palais royal ». Cette pratique a un coût élevé, et la viande ainsi produite est aussi onéreuse que rare, mais elle est dotée d'une saveur incomparable. De couleur rosée, délicate et tendre, elle exhale une odeur de lait. Sa graisse est blanche et lisse comme de la soie. Mais la grande majorité des veaux de boucherie (85 %) provient d'ateliers spécialisés qui se consacrent à l'élevage de ces animaux. Leur viande est un peu moins claire et moins goûteuse. Le broutard, à la viande plus foncée, est un veau âgé qui a mangé de l'herbe.

### L'avis du connaisseur

Une viande de veau de qualité supérieure doit être rosée, présenter à la coupe un grain fin et serré et avoir une faible teneur en eau, ce qui l'empêchera de réduire à la cuisson. En revanche, la viande de moindre qualité est plus blanche, et rétrécit lorsqu'on la cuisine parce qu'elle rend son jus. Il peut même arriver qu'elle ait diminué de moitié au cours de la cuisson. C'est pourquoi il est important de la choisir avec soin.

### La préparation culinaire

Pour les rôtis, outre le carré et la longe, on utilise le quasi, au goût plus affirmé. Les morceaux de viande dénués de gras qui composent la partie centrale de la cuisse, tels que la noix, la sous-noix ou la noix pâtissière, sont plutôt secs s'ils ne proviennent pas de veaux de lait de la meilleure qualité. En revanche, ces morceaux se prêtent bien à une préparation classique comme l'escalope. Les côtes de veau sont découpées dans le carré. La piccata, cette escalope très fine, est quant à elle prise dans le filet mignon. Le paillard, enfin, est une large escalope qui a été aplatie.
Les morceaux tendres comme le collier, l'épaule, la poitrine, le jarret, les ris ou le tendron sont indiqués pour les fricassées, les blanquettes, les sautés et autres plats en sauce ou braisés. Le jarret se sert accompagné de légumes printaniers après avoir subi une cuisson pochée. Mais un braisage tel que la viande a mijoté longuement jusqu'à devenir fondante, comme dans l'osso buco, lui convient également.

# VANILLE

Les odorantes gousses de vanille sont le fruit du vanillier, une plante tropicale appartenant à la famille des orchidées, qui s'orne de fleurs d'une couleur blanche teintée de vert. La liane de vanille était cependant, à l'origine, un parasite végétal des grands arbres de la jungle et d'Amérique centrale. La vanille est aujourd'hui cultivée à Madagascar, à Tahiti et dans l'archipel des Antilles. Cependant, la plus prisée par les professionnels est la célèbre vanille bourbon, produite sur l'ancienne île Bourbon, aujourd'hui rebaptisée île de La Réunion.

Un vanillier met de 4 à 5 ans pour porter des fleurs, mais il faut encore une année supplémentaire aux fleurs qui ont subi une pollinisation avant de produire des fruits immatures, dont la forme rappelle vaguement celle des haricots verts, mais néanmoins plus grands. Ces gousses encore vertes sont alors plongées dans un bain d'eau chaude portée à la température de 65°C, avant d'être enveloppées dans des couvertures de laine pendant une nuit, ce qui leur donne une teinte brune. La vanille est ensuite passée au four une heure par jour pendant une semaine, après quoi elle est séchée au soleil pendant une autre semaine. Puis les gousses sont entreposées dans des malles hermétiques pendant douze mois afin que leur arôme se développe. Il faut ainsi un an à ce fruit pour acquérir un parfum suffisamment puissant, et susceptible d'être mis sur le marché.

Les gousses de vanille de la qualité la plus exceptionnelle sont recouvertes de petites particules blanches. Ces dernières ne correspondent pas à de la moisissure, mais à des cristaux de vanilline, l'un des composés aromatiques qui forment l'arôme de la vanille. Cet excès de vanilline suinte à travers la gousse et se dépose en surface, où elle finit par cristalliser. La vanille givrée est évidemment un produit assez rare.

D'autre part, le parfum de la vanille peut devenir enivrant et, si on le respire de façon immodérée, il peut induire des effets proches de ceux des drogues légères.

## Utilisation culinaire

L'arôme suave de la vanille est exploité dans de nombreuses recettes culinaires. Toutefois, c'est dans le domaine de la pâtisserie et de la confiserie que cette épice révèle le mieux la noblesse de son parfum.

La crème anglaise à la vanille s'avère être la préparation la plus classique, à laquelle les jaunes d'œufs, en épaississant sous l'action de la chaleur, apportent une certaine onctuosité. Plus on ajoutera d'œufs, plus la crème aura de corps, mais les proportions sont en principe de 10 à 12 jaunes d'œufs et de 250 g de sucre semoule pour 1 litre de lait. Utilisez 3 gousses de vanille pour la même quantité de lait. Après les avoir fendues en deux dans le sens de la longueur et avoir recueilli les graines qui sont à l'intérieur, mélangez les gousses et les graines à 1 litre de lait additionné d'un grain de café, et portez le tout à ébullition. Puis retirez du feu, couvrez et laissez infuser pendant 5 à 10 minutes. Cette crème étant très délicate, il convient de la réaliser avec des ingrédients de la meilleure qualité et de la consommer le plus rapidement possible.

L'un des desserts les plus délicieux à base de vanille est certainement la crème brûlée, qu'il vaut mieux éviter de confectionner en petite quantité. En effet, la préparation réussie de cet entremets nécessite un certaine volume d'ingrédients.

# VINAIGRE

Le sens littéral de ce terme, qui désigne du « vin » devenu « aigre », est une indication fidèle de l'étymologie française du mot « vinaigre ». Autrement dit, la fabrication du vinaigre en France s'est traditionnellement faite à partir du vin. Cependant, le vinaigre pouvant être obtenu à partir de n'importe quelle boisson contenant de l'éthanol, son histoire ne se limite pas à celle du vin, mais est aussi ancienne que toutes les boissons alcoolisées. On a retrouvé en Egypte ancienne des écrits relatant des cas d'absorption d'un mélange de vinaigre et d'eau en guise de boisson, et des inscriptions datant de l'Antiquité grecque et romaine, selon lesquelles certains aliments étaient consommés après avoir macéré dans du vinaigre. Le lieu principal de production du vinaigre en France se trouve dans le bassin de la Loire, à Orléans, qui constituait un ancien dépôt de vins. Et aujourd'hui encore, on fabrique à Orléans la moitié de la production française de vinaigre. Cette fabrication artisanale consiste à remplir de vin des barriques en bois, à y ajouter du vinaigre non pasteurisé, et à le laisser fermenter pendant une période allant de 4 à 6 mois. Les trois-quarts du vinaigre produit sont alors soutirés et remplacés par la même quantité de vin non pasteurisé, qu'on soumet à un procédé de fermentation, cette opération étant renouvelée indéfiniment. Le vinaigre qui a été tiré est ensuite entreposé dans des fûts en chêne, où on le laisse vieillir de 6 mois à 1 an, avant de le commercialiser. Cette méthode traditionnelle porte le nom de « méthode d'Orléans ». Toutefois, depuis que Pasteur a élucidé le processus de fermentation, la fabrication du vinaigre est devenue possible en tous lieux. D'autre part, grâce à la mise au point d'un procédé de fermentation continue, la production industrielle de vinaigre en grande quantité s'est imposée comme la tendance générale.

## Principaux types de vinaigre

Les vinaigres obtenus à partir de vin se répartissent en vinaigres de vin rouge ou vinaigres de vin blanc, vinaigres de xérès et vinaigres de champagne. Par ailleurs, on fabrique également du vinaigre à partir d'autres matières premières, telles que les framboises, le cassis ou les pommes, notamment, ainsi que du vinaigre de miel, du vinaigre de malt, du vinaigre d'érable, du vinaigre de lait, du vinaigre de riz et d'un grand nombre d'autres produits. La teneur en acide acétique du vinaigre est fixée par la législation à 60 grammes (6 %) minimum pour les vinaigres de vin, et à 50 grammes (5 %) pour les vinaigres de cidre.

## Précautions d'emploi lors de l'usage culinaire

Il est recommandé de choisir son type de vinaigre en fonction de la préparation culinaire envisagée. Le vinaigre de vin blanc est ainsi approprié pour la confection de plats de poisson en court-bouillon ou mariné, de la sauce hollandaise et de la sauce béarnaise. Et il se révélera plus particulièrement indispensable pour éclaircir la couleur de vos mets. En revanche, on s'en remettra au vinaigre de vin rouge, dont l'arôme subtil s'avérera précieux lorsqu'il s'agit de relever la saveur quelque peu fade de certains légumes. Il convient également pour relever du chou rouge ou du foie de veau sauté. Le vinaigre de cidre, outre les usages alimentaires qu'il partage avec le vinaigre de vin blanc, peut également servir à rehausser le goût d'une viande de canard ou à agrémenter une compote de pomme. Quant au vinaigre de malt, il est indiqué pour faire mariner du maquereau et du hareng, ou pour arroser un plat associant des fruits et des légumes. Le vinaigre d'alcool, enfin, s'ajoute à l'eau bouillante destinée à blanchir les aliments, et facilite l'écaillage des poissons.

# A


Ananas caramélisé au beurre de vanille, 404

Araignée de mer épicée aux aromates, 189


# B


Bâtonnets aux pétoncles, 22

Blanc de bar à la fleur de sel aux navets verjutés, 204

Bohémienne de filets de rouget au thym, 214

Brochettes de poulet au curry, 35


# C


Canette rôtie aux fines épices et navets au foie gras, 290

Carottes fondantes au cumin, 334

Champignons, petits légumes et raisins marinés à la coriandre, 77

Chaud-froid de pomme à la pistache, 383

Clafoutis de poires au miel, 414

Consommé aux pleurotes, langoustines et Saint-Jacques, 65

Côte de veau poêlée aux champignons et asperges, 272

Crème au potiron, 48

Crème caramélisée à la cassonade, 344

Crème coralline en gelée de homard vinaigrette, 112

Crème d'huîtres aux pointes d'asperge verte, 41

Crème glacée à la vanille, 348

Crème glacée au yaourt, coulis de mûres, pain de Gênes, 351

Crème légère de haricots cocos au lard, 51

Crêpes soufflées au citron vert, 410

Croquant aux poires à l'anis, 370

Croustillant aux noix, 440

Croustillant de pomme de terre au saumon frais, 103

Cuisses de grenouille à la crème de persil aux échalotes, 251


# D


Dos de saint-pierre persillé au gingembre, 236

Dos de turbot grillé poivre olive, 229


# E


Écrevisses au potiron, 29

Épaule et foie de lapin aux fèves, 320

Escalope chaude de foie gras, carottes confites au miel et poivrons étuvés au xérès, 313

Étuvée de homard aux morilles et asperges, 163

Étuvée de morilles au foie gras, 138

Étuvée de morilles et asperges au cerfeuil, 339

Étuvée de noix de Saint-Jacques au caviar, 197

Étuvée de petites endives laurier coriandre, 80

Étuvée de Saint-Jacques à la fleur de sel, salade de truffe à la vinaigrette au céleri, 142


# F


Fantaisie de bar au caviar, 210

Feuillantine au chocolat et à la cannelle, 363

Feuillantine glacée au lait d'amande et aux pommes confites, 392

Foie gras de canard grillé aux lentilles pimentées, 316

Fondant au chocolat aux griottes, 366

Fondant de chou-fleur, 69

Fondant de poivron rouge, 71

Fondant épicé au curry d'aubergine Mont-Carmel, 74

Fondant tiède au chocolat, crème glacée au caramel, 396

Fricassée tiède de langoustines aux courgettes, 181

Frivolité de saumon au caviar, 100

## G


Gelée de caviar à la crème de chou-fleur, 95

Gougères, 3g

Gratin de fruits frais, 407

Gratin de macaroni aux truffes, céleri et foie gras, 308


## L


Langouste aux épices rôtie au romarin, penne aux truffes, 170

Lard en pot-au-feu à l'embeurrée truffée, 278


## M


Marinière de fins coquillages à la fleur de thym, 150

Marinière de langoustines de petite pêche aux aromates, 109

Marinière de pétoncles, 26

Marrons confits aux petits oignons, fenouil et noix, 324

Medley d'huîtres et Saint-Jacques au caviar, 200

Mignonnettes de chevreuil poêlées à l'aigre-doux, 281

Mille chou aux jeunes légumes, 153

Millefeuille au chocolat, 420

Millefeuille de tomate au crabe, 90

Mini brochettes de poissons, 32

Morue fraîche poêlée aux aromates, 247


## N


Nage de langouste aux aromates, 174

Noix de Saint-Jacques à la quiberonnaise, 193


## 0


Œuf mollet et crème de céleri au fumet de truffe en gelée, 84


## p


Palet et sorbet au chocolat, sauce café, 401

Pavé fondant au chocolat, sauce pistache, 428

Petite crème aux oursins et fenouil, 44

Petites madeleines au miel, 418

Petits navets nouveaux étuvés au jus, 336

Pigeon rôti aux morilles et aux asperges, 293

Pigeonneau cuit à la broche, cardons au jus, pommes paille, 300

Pintade fermière et foie gras rôtis, pommes de terre confites au jus, 304

Poire caramélisée au miel crémeux, 375

Printanière de légumes, 328


## Q


Queues d'écrevisse pattes rouges en crème glacée, 106


## R


Ravioli de langoustines aux truffes, 184

Ris de veau truffé aux asperges, 286

Rosettes de truite de mer cuites en peau, 240

Rôti d'agneau aux herbes en croûte de sel, 258

Rouelles de homard à la vapeur aux herbes en civet, 158

Rouelles de homard meunière aux épices, 167

Rougets aux pommes de terre grillées et basilic, 218

# S


Saint-pierre au plat dans son jus aux arômes de Provence, 233

Salade de crevettes en boléro, 116

Salade de mâche, pommes de terre et truffes, 124

Salade de noix de Saint-Jacques aux girolles et caviar, 118

Salade de pommes de terre et truffes à la croque au sel, 127

Salade maraîchère aux truffes, 121

Salade pastorale aux herbes, 331

Saumon rôti en peau mi-cuit à l'huile vierge, 244

Savarin glacé au kirsch, 358

Selle d'agneau de lait rôtie avec ses rognons, légumes grillés, 268

Soupe chaude de foie gras à la gelée de poule, 58

Soupe de fèves à la sarriette, 54

Soupe de fruits au vin rouge et à la menthe, 354

Soupe de légumes, foie gras et truffe, 62

Suprême de pigeon au chou et foie gras, 296


# T


Tarte au chocolat fondant, 432

Tarte au citron, 436

Tarte aux pommes croustillante et raisins noirs, 387

Tarte friande aux tomates, poivrons et basilic, 130

Tarte friande de truffe aux oignons et lard fumé, 134

Tourtière d'agneau aux aubergines, courgettes et tomates, 263

Tronçon de turbot acidulé aux jeunes poireaux, 222

Truffes au chocolat, 425

Turban de langoustines en spaghetti, 177

Turban de pommes à la cannelle, 378

Turbot au céleri et truffes, 226


# Z


Zéphyr de céleri et truffe, 146

# PARIS

## L'ATELIER DE JOËL ROBUCHON

5, rue de Montalembert
75007 Paris
Tél. 01 42 22 56 56

## L'ATELIER DE JOËL ROBUCHON

133, avenue des Champs-Elysées
Voiturier : 30, rue Vernet
75008 Paris

## LA CAVE DE JOËL ROBUCHON

3, rue Paul-Louis Courier
75007 Paris
Tél. 01 42 22 11 02

# MONACO

### MONTE-CARLO DE JOËL ROBUCHON

Hôtel Métropole
4, avenue de la Madone
Monte-Carlo, 98007, Monaco
Tél. + 377 93 15 15 10

### Yoshi

Hôtel Métropole
4, avenue de la Madone
Monte-Carlo, 98007, Monaco Cedex
Tél. + 377 93 15 13 13

# NAGOYA

### La TABLE DE JOEL ROBUCHON

Matsuyaka Hoten Hokan 10th
3-6-1 Sakae, Naka-Ku
Nagoya-Shi 460-8430, JAPON
Tél. + 81 (0) 52 249 44 00

### LA BOUTIQUE DE JOEL ROBUCHON

10F Restaurant floor
Matsuzakaya Main Building
16-1 Sakae 3-chome, Naka-ku,
Nagoya 460-8430, JAPON
Tél. + 81 (0) 52 264 384

# LONDRES

## L'ATELIER DE JOËL ROBUCHON

13-15 West Street
London, WC2H 9NE
Tél. + 44 (0)20 7010 8600

## L A CUISINE DE JOËL ROBUCHON

13-15 West Street
London, WC2H 9NE
Tél. + 44 (0)20 7010 8600

## Le BAR DE JOËL ROBUCHON

13-15 West Street
London, WC2H 9NE
Tél. + 44 (0)20 7010 8600

# TOKYO

## RESTAURANT DE JOEL ROBUCHON

Yesubi Garden Place
1-13-1 Mita, Meguro-ku,
Tokyo 153-0062, JAPON
Tél. + 81 (0)3 524 1347

## LA TABLE DE JOEL ROBUCHON

Yesubi Garden Place
1-13-1 Mita Meguro-ku,
Tokyo 153-0062, JAPON
Tél. + 81 (0)3 5424 1338

## L'ATELIER DE JOËL ROBUCHON

Mori Tower, 2/F Hillside, Roppongi Hills
6-10-1 Roppongi, Minato-ku,
Tokyo 106-0032, JAPON
Tél. + 81 (0)3 5772 7500

## Le café de joel robuchon

Tokusen Floor
Nihonbashi Takashimaya 2/F
2-4-1 Nihonbashi, Chuo-Ku
Tokyo 103-8265, JAPON
Tél. + 81 (0)3 3211 4111

## LA BOUTIQUE de joel robuchon
## au château yebisu

Yebisu Garden Place
1-13-1 Mita, Meguro-ku
Tokyo 153-0062, JAPON
Tél. + 81 (0)3 5424 1345

## Rouge BAR de joël robuchon

Yebisu Garden Place
1-13-1 Mita, Meguro-ku
Tokyo 153-0062, JAPON
Tél. + 81 (0)3 5449 0083

# HONG KONG

## L'ATELIER DE JOËL ROBUCHON

Shop 401, 4/F The Landmark
15 Queen's Road Central, Hong Kong
Tél. + 81 852 21 669 000

## L E JARDIN DE JOEL ROBUCHON

Shop 401, 4/F The Landmark
15 Queen's Road Central, Hong Kong
Tél. + 852 2166 9000

## SALON DE THÉ DE JOEL ROBUCHON

Shop 315, 3/F The Landmark
15 Queen's Road Central, Hong Kong

# TAIPEI

### L'ATELIER DE JOËL ROBUCHON

Bella Vita Mall
5/F, No. 28 Song Ren Road
llOHsin Yi District
Taipei, Taiwan
Tél. + 886 28 729 2628

### SALON DE THÉ DE JOËL ROBUCHON

Bella Vita Mall
5/F, No. 28 Song Ren Road
llOHsin Yi District
Taipei, Taiwan
Tél. + 886 28 729 2628

# MACAO

### ROBUCHON A GALERA

Hôtel Lisboa
3/F, Lisboa Tower
2-4 avenida de Lisboa, Macao
Tél. + 853 28 377 666

# NEW YORK

### L'ATELIER DE JOËL ROBUCHON

Four Seasons Hotel New York
57 East 57th Street
New York, NY 10022, USA
Tél. + 1 (212) 829 3844

# LAS VEGAS

## JOËL ROBUCHON RESTAURANT

MGM Grand
3799 Las Vegas Boulevard South
Las Vegas, NV 89109-4319, Nevada, USA
Tél. +1 (702) 891 7925

## L'ATELIER DE JOËL ROBUCHON

MGM Grand
3799 Las Vegas Boulevard South
Las Vegas, NV 89109-4319, Nevada, USA
Tél. + 1 (702) 891 7358

## LE LIVRE

Directeur de collection : **Emmanuel Jirou-Najou**
Éditrice : **Alice Gouget**
Assistante d'édition : **Claire Dupuy**

Photographe : **Hervé Amiard**

Traduction du japonais vers le français: **AXI TRAD**
Réécriture : **Elisa Vergne**
Correction sur épreuves : **Catherine Petrini**

Conception graphique : **Philippe David**
Mise en page et photogravure : **Maury Imprimeur**

L'éditeur remercie Marine Riem et Julie Coppé
pour leur aide précieuse.

Imprimé en CE
Dépôt légal 4e semestre 2010
ISBN: 978-2-84123-297-0

© Alain Ducasse Édition 2010
64, rue du Ranelagh
75016 Paris

www.alain-ducasse.com

SDGC 2010

67, boulevard du général Martial Valin
75015 Paris
www.joel-robuchon.com

## LE DVD

*« Voici une sélection de mes recettes emblématiques. Véritable outil pédagogique, ce DVD vous permettra de perfectionner votre pratique de la cuisine et de vous dépasser. Vous y trouverez également de précieux conseils sur les étapes à suivre, les ingrédients, la finition et le dressage. »*

**Joël Robuchon**

**Chapitre 1** - Portrait de Joël Robuchon - 42 min 35
**Chapitre 2** - Assiette Belle de Mer aux Homards - 27 min 10
**Chapitre 3** — Bohémienne de Rougets au thym — 23 min 15
**Chapitre 4** — Agneau Pastoral aux herbes fraiches - 29 min 10
**Chapitre 5** — Turban de Pommes à la Cannelle - 22 min

Réalisation : **Jean-Luc Miesch**
Photos : **Hervé Amiard** et **Laurence Mouton - Nikon**

Compatible Mac / PC

Réalisation DVD TVS — Télévision Vidéo Service

© Alain Ducasse Édition - 2010
Tous droits des producteurs et des propriétaires de l'œuvre sont réservés. Sauf autorisation, la production, la location, le prêt, l'utilisation pour exécution publique sont interdits.